

Bhara Sutta: Menghabisi Hidup dan Membuang Beban!!

Entah mengapa, secara tak sengaja ku baca potongan sebuah artikel tentang kisah 2 (dua) mahluk halus yang terlahir dalam bentuk yang berbeda padahal pada kehidupan sebelumnya, perbuatan yang mereka lakukan adalah sama! berikut cuplikan kisahnya::

Dalam suatu kejadian yang tidak bersamaan waktunya, YM Maha Mogallana Thera bersama dua rekan seperjalanannya bersua dengan 2 (Dua) Mahluk halus/Jin/Setan (peta). yang satu, seluruh tubuhnya terdiri dari tulang belulang sedangkan mahluk yang kedua, seluruh ubuhnya justru terdiri dari hanya daging saja. Kedua mahluk itu diketemukan YM Maha Monggala Thera, dalam keadaan sedang dikejar-kejar oleh tiga jenis burung yakni burung layang-layang, gagak dan pemakan bangkai. Burung-burung itu mengejar dan mematuki tubuhnya. Dua mahluk Peta itu berlari sambil menangis kesakitan karena tubuhnya terus-menerus dipatuki.

Saat setelah mereka bertemu Sang Buddha, maka Sang Buddha menjelaskan sebab-musabab mahkluk ini menjadi peta tulang dan daging adalah karena akibat kamma(perbuatan) buruk mereka dalam salah satu kehidupannya di masa lalu. Dulu mereka adalah seorang penjagal hewan. Akibat perbuatan buruknya ini, setelah meninggal dunia mereka terlahir di alam neraka selama jutaan tahun. Setelah keluar dari alam neraka mereka terlahir lagi sebagai peta yang berbentuk tulang belulang dan Peta yang berbentuk gumpalan daging dan dikejar-kejar terus menerus oleh burung layang-layang, burung gagak dan burung pemakan bangkai. Kehidupannya sebagai peta akan berakhir setelah kamma buruknya saat menjagal hewan berakhir.

Mengapa kedua peta itu memiliki penampilan fisik yang berbeda. sementara perbuatan buruk yang mereka lakukan sama. Apa yang menyebabkan "takdir" keduanya menjadi berbeda?

Ya! bermula dari ketertarikanku untuk mendapat jawaban maka mulailah ku baca Bhara Sutta ini lebih lanjut lagi. Semakin membaca, membaca dan membaca. Aku semakin menyadari bahwa yang kemudian kutemukan ternyata lebih dari sekedar pemuas dahaga rasa tertarik-ku! Aku bahkan menemukan sesuatu yang luarbiasa hebatnya! Ya, sutta ini telah memberikan ku sebuah Oase di pandang pasir sekaligus dengan Harta karun yang tidak akan habis-habisnya! Ah, benar-benar suatu keberuntungan besar! Satu hal yang aku tahu dengan pasti adalah kebahagiaan dan keberuntungan ini tak mungkin dapat aku nikmati sendirian saja. Ya! maka aku putuskan untuk mengajak anda semua menikmati Oase padang pasir dan harta karunnya ini bersama-sama.

Selamat Membaca!

Prakata

...

Sang Buddha memabarkan Bhara *sutta* ini saat beliau berdiam di Vihara Jetavana, di kota Savatti. *Sutta* ini disampaikan di bangsal besar saat para bhikkhu, bhikkhuni dan umat biasa berkumpul. Beliau menyebut Bhara sebagai kelompok kehidupan (Pali: *khandha*) batin-jasmani yang merupakan "beban". Lebih jauh beliau mengatakan *khandha* memiliki arti kelompok atau kumpulan. Sang Buddha menyebutkan, seseorang adalah kumpulan dari lima *khandha*. Selama memabarkan *sutta* ini Sang Buddha menguraikan dhamma dengan singkat sebagaimana akan diterangkan di bawah ini. Sesungguhnya semua manusia dan binatang terdiri atas batin dan jasmani, *nama* dan *rupa*, yang saling berhubungan. Keduanya, *nama* dan *rupa*, timbul tenggelam, menciptakan suatu keadaan yang tidak sama bahkan untuk dua detik lamanya.

Sesuatu disebut *nama* karena memiliki kecenderungan yang berhubungan dengan batin. Sementara *rupa* merupakan bentukan badan jasmani dimana tak ada batin di dalamnya. *Rupa* atau jasmani tunduk pada perubahan terus-menerus dan sifatnya tidak bertahan lama. Sedang istilah *nama* meliputi kesadaran (*vinnana*), perasaan (*vedana*), persepsi (*sanna*) dan aktifitas kecenderungan (*sankhara*).

...

Pada bagian kedua Bhara Sutta dibabarkan cara beban-beban itu diperoleh dan diterima, serta bagaimana beban-beban itu dapat diletakkan atau dibuang seluruhnya. Kekuatan *kamma* lampau yang tak berbilang bekerja di alam raya menghasilkan berbagai makhluk hidup. Kelahiran didahului oleh kematian demi kematian. Di sisi lain kematian melahirkan kehidupan baru. Rangkaian kelahiran dan kematian ini membentuk gelombang kehidupan seperti yang dikenal dalam *Buddha Sasana* sebagai *samsara*: lingkaran kelahiran kembali yang tak berkesudahan. Dalam semua putaran keberadaan atau kelahiran yang tak berkesudahan ini bentukan dari ke-5 kelompok kehidupan terjadi.

...

Keberadaan atau hidup membawa aneka persoalan, kesengsaraan dan penderitaan. Beban ini benar-benar berat dan harus dipanggul mulai saat dilahirkan sampai meninggal kelak. Oleh karena itu, untuk menyingkirkan atau meletakkan kumpulan penderitaan, Sang Buddha telah menunjukkan kepada kalian “jalan” berupa praktek meditasi yang bisa menumbuhkan pengertian mendalam. Sehingga seseorang bisa meraih sedikitnya tingkat kesucian sotapanna yang akan secepatnya mendorong ke arah pembebasan akhir dari lingkaran *samsara*.

Semoga semua mahluk berbahagia.

(Min Swe, Sekretaris Buddha Sasana Nuggaha organization, Oktober, 1980., MEMBAHAS TENTANG BEBA, Disampaikan oleh Mahasi Sayadaw di tahun 1328, penanggalan Burma)

Bagian Pertama

Pada hari ini saya akan mendiskusikan Bhara Sutta dari *Khandha Vagga, Samyutta Nikaya*, secara singkat dan langsung. *Sutta* ini pernah saya sampaikan dimasa lalu. Para pendengar terdahulu mungkin telah lupa sekarang. Tapi, jika saya mengulangi lagi maka mereka akan ingat kembali. Bagi orang-orang yang belum pernah mendengarkan pembabaran dhamma ini, bagaimana pun, akan turut bergembira mendengarnya sebagai suatu khotbah yang baru.

Pengantar

Empat bulan setelah Sang Buddha meninggal atau *Mahaparinibbana* para anggota Sangha berkumpul di Vebara dekat Rajagraha. Mereka berkumpul, yang kemudian dikenal sebagai Konsili Sangha pertama, untuk mengumpulkan seluruh ajaran Sang Buddha. Pertemuan ini dipimpin oleh Mahakassapa Thera. Pertemuan ini diikuti oleh 500 bhikkhu yang semuanya *arahat*. Dalam pertemuan itu Mahakassapa Thera bertanya kepada Ananda Thera dimana dan mengapa Bhara Sutta dibabarkan oleh Sang Buddha. Kemudian Ananda Thera menjawab dengan diawali kalimat pembuka, “*Evam me Suttam...* demikian yang telah saya dengar...”.

Setelah itu Ananda Thera menguraikan kelanjutan Bhara Sutta dalam kata-kata sebagai berikut: “Pada suatu waktu Sang guru yang patut dimuliakan sedang berdiam di Vihara Jetavana, di kota Savatti yang didanakan oleh saudagar Anathapindika. Kota ini diperintah oleh Raja Pasenadi dari Kosala”. Savatti adalah sebuah kota besar yang digunakan sebagai markas besar dari dua negara yakni Kasi dan Kosala. Pada kesempatan tertentu Sang Buddha berdiam di Vihara Veluvana, di Rajagraha atau di bukit Gijjhakuta yang terletak tak jauh dari kota besar ini.

Pada kesempatan lain Sang Buddha berdiam di Vesali, Kosambi, Alavi atau Kapilavatthu. Beliau berpindah-pindah tempat kediaman sesuai dengan keberadaan para *veneyya*. *Veneyya* adalah istilah yang diberikan kepada umat Buddha yang telah memiliki kematangan batin untuk mendengarkan dhamma. Selagi Sang Buddha berdiam di Vihara Jetavana beliau membabarkan Bhara Sutta. Waktu itu beliau memecah perhatian para bhikkhu yang tengah berkumpul sambil mengucapkan kata pembuka, “O, para bhikkhu...”.

Tugas-tugas Rutin Sang Buddha

Saat ini saya akan menceritakan kepada kalian tentang tugas rutin dari Sang Buddha. Tugas rutin harian ini terbagi menjadi lima bagian.

1. Tugas pertama disebut *Purebhatta Kicca* atau tugas di pagi hari. Tugas ini dimulai pada dini hari dan selesai di penghujung makan pagi. Di awal fajar menyingsing seorang penjaga membawakan beliau air. Kemudian beliau membasuh muka dan menggosok gigi. Setelah itu beliau menyendiri kembali hingga waktunya berkeliling untuk mengumpulkan dana makanan (*pindapatta*). Saat *pindapatta* tiba beliau memakai jubah dan berjalan keluar dari vihara.

Pada umumnya beliau ber-*pindapatta* seperti para bhikkhu lainnya yakni dengan jalan kaki. Tapi, kadang-kadang di suatu tempat persinggahan tertentu beliau memperlihatkan keajaiban-keajaiban. Keajaiban tersebut misalnya, muncul angin sepoi-sepoi bersikap layaknya sapu, membersihkan jalan setapak yang akan dilewati oleh Sang Buddha. Tetesan lembut air hujan turun dan menyingkirkan debu di sepanjang jalan itu. Sementara awan-awan terbentang layaknya payung yang memberikan keteduhan kepada beliau. Selain itu lubang-lubang dan kerikil menghilang di jalan-jalan yang akan dilewati oleh Guru Agung ini. Jalan-jalan menjadi lembut dan lunak. Kapan saja beliau menjejakkan kaki ke tanah muncul bunga teratai mekar yang bertindak sebagai bantalan kaki.

Pada saat Sang Buddha memasuki gerbang kota memancar enam sinar warna-warni dari tubuh beliau. Warna-warna cahaya itu adalah abu-abu, kuning, merah, putih, merah muda dan warna-warna cerah lainnya. Sementara itu gajah, kuda, burung-burung dan hewan-hewan lain mengeluarkan bunyi selaras ibarat alat-alat musik memainkan lagu merdu yang dipimpin seorang konduktor.

Itulah jenis-jenis keajaiban yang diperlihatkan Sang Buddha. Keajaiban ini dimaksudkan untuk membangkitkan kepercayaan dan keyakinan kepada Sang Buddha. Keyakinan ini akan membimbing mereka menuju ke pembebasan dari kesengsaraan hidup. Bagi orang-orang inilah Sang Buddha memperlihatkan keajaiban-keajaiban yang dinamakan *patihariya*. Orang-orang pada umumnya berbeda karakternya. Beberapa orang menghargai dan meyakini dhamma ketika dhamma diuraikan secara sederhana dan terperinci. Beberapa yang lain, bagaimana pun, mulai meyakini ajaran ketika Sang Buddha telah memperlihatkan hal-hal luar biasa yang menghasilkan keajaiban.

Saya mengenal seorang umat perempuan yang senang akan hal-hal diluar kebiasaan. Suatu kali sewaktu ia bersujud di depan patung Sang Buddha ia berkata demikian, “Semoga Sang Buddha turun dihadapanku dengan memakai jubah keemasan, membawa mangkuk bertatahkan intan dan tongkat yang penuh dengan aneka permata.”

Mendengar permohonan aneh ini saudara laki-laki tertuanya berkata demikian, “Kalian ini”, katanya dengan nada heran, “Terlalu manja dan mengada-ada. Haruskah Sang Buddha menciptakan keajaiban terus-menerus untuk menyenangkan kalian? Jika aku adalah Sang Buddha takkan kukabulkan permohonan aneh itu”.

Suatu kali ada seorang nyonya dari negara barat berkomentar kepada saya (Mahasi) demikian, dia berpikir terlalu berlebihan memuliakan berbagai stupa serta simbol-simbol Sang Buddha lainnya dengan mempersembahkan aneka bunga dan barang-barang hiasan lain yang terbuat dari kertas, plastik maupun mempersembahkan batu-batu permata. “Jika Sang Buddha ada bersama kalian hari ini,” katanya, “Beliau akan menolak menerima aneka pemujaan semacam itu”.

Komentar ini menunjukkan perbedaan alami atau cara berpikir dari orang-orang yang berbeda. Saya berpikir, Sang Buddha memperlihatkan aneka keajaiban untuk kepentingan orang-orang ini.

Kembali ke zaman Sang Buddha. Ketika penduduk suatu kota melihat keajaiban mereka segera mengetahui bahwa Sang Buddha sedang dalam perjalanan untuk meminta-minta dana makanan di jalan-jalan atau rumah-rumah penduduk. Setelah itu para penduduk ini mempersiapkan diri dengan memakai busana terbaik serta memberi penghormatan kepada beliau dengan mempersembahkan bunga dan wangi-wangian. Kemudian mereka mengundang sekelompok bhikkhu yang menemani Sang Buddha dalam ber-*pindapatta* untuk menerima dana makanan. Tentu saja undangan ini sesuai dengan kemampuan si pemberi dana.

Setelah memperoleh cukup dana makanan Sang Buddha memabarkan dhamma yang sesuai dengan kemajuan batin dari pendengarnya. Pada saat demikian ada di antara penduduk itu yang kemudian berlindung kepada *Tiratana* (Buddha, Dhamma dan Sangha). Ada juga yang bertekad untuk menjalankan lima sila. Sementara ada di antara kelompok orang atau individu yang mampu meraih tingkat kesucian *Sotapatti*, *Sakadagami*, *Anagami* dan *Arahat*. Setelah memabarkan dhamma beliau kembali ke vihara. Beliau beristirahat di ruang pertemuan sambil menunggu kembalinya para bhikkhu dari *pindapatta*. Ketika diberi tahu bahwa seluruh bhikkhu telah kembali ke vihara dan telah selesai menyantap dana makanannya, beliau mengundurkan diri ke kuti harum, *gandhakuti*, dan menyelesaikan *purebhatta kicca*-nya.

2. Tugas kedua dinamakan *pacchabhatta kicca*. Tugas ini berlangsung sejak beliau selesai menyantap makanan sampai sore hari. Seperti diceritakan di atas sebelum memasuki kuti harum beliau mencuci kaki terlebih dahulu. Setelah itu beliau berdiri dan memberi nasehat demikian: “O, para bhikkhu, waspadalah! Rajin-rajin dan bekerja-keraslah demi kemajuanmu. Adalah sulit terlahir dizaman kemunculan Sang Buddha. Adalah sulit terlahir sebagai manusia. Adalah sulit terlahir dengan memiliki kebajikan yang lengkap. Adalah sulit memasuki kebhikkuan. Adalah sulit memperoleh kesempatan mendengar ajaran yang benar”.

Setelah kemunculan Sang Buddha Gautama ke dunia ini sampai kini kalian masih berada di bawah pengaruh dhammaNya. Sehingga kalian masih berada di zaman *Buddhasasana* (Ajaran Sang Buddha). Kesempatan semacam ini sulit diperoleh. Bagi seseorang yang memperoleh kesempatan harus waspada dan bekerja keras untuk melaksanakan *sila*, kesusilaan, *samadhi* (konsentrasi) dan *panna* (pengetahuan). Sang Buddha menyebut hal ini dengan nama *sampatti*, pemenuhan yang lengkap. Dalam hal *Sampatti* atau pemenuhan yang lengkap akan dijelaskan lebih lanjut di bawah ini.

Seseorang berdiam di suatu tempat yang sesuai untuk berlatih dhamma yang bisa menuju ke arah pencapaian jalan, *magga*, dan buah, *phala*. Memiliki kualitas moral yang baik, berlindung dengan teguh kepada Buddha, Dhamma dan Sangha, dilahirkan di suatu waktu yang baik dan sejahtera, terpenuhi dengan makanan yang bergizi baik, sehat dan kuat sehingga bisa berlatih dengan baik. Semua ini adalah kondisi-kondisi yang dibutuhkan untuk mencapai *sampatti*.

Setelah memberikan berbagai nasehat kepada para bhikkhu tentang lima kendala, Sang Buddha memabarkan *kammatthana*, latihan meditasi yang sesuai dengan

kemampuan batin bagi mereka yang meminta nasehat kepada beliau. Setelah menerima berbagai petunjuk dari Sang Buddha, para bhikkhu mengundurkan diri ke hutan, di bawah-bawah pohon, di gua-gua atau di tempat yang sesuai lainnya.

Kemudian Sang Buddha kembali ke kuti harum. Jika beliau berkenan, beliau beristirahat dengan merebahkan diri ke sisi kanan dan melakukan pengamatan dengan mata batin ke seluruh dunia dengan pengetahuan *paropariyatta nana*, suatu pengetahuan batin melihat derajat kematangan spiritual makhluk hidup. Juga memakai pengetahuan *asayanusaya nana*, kemampuan melihat hasrat-hasrat dan bias-bias yang ada di dalam diri mereka. Dua macam pengetahuan atau kebijaksanaan ini biasa dikenal dengan nama 'Mata Buddha'. Beliau melihat ke seluruh dunia kepada para makhluk yang memiliki kematangan spiritual sehingga bisa membebaskan 'diri'nya dari penderitaan dan kesengsaraan manusia. Ketika *veneyya* dengan kualitas demikian mendatangi beliau, beliau berkenan menunggunya. Bila ia tinggal di tempat yang sangat jauh beliau yang pergi kepadanya dengan kemampuan supra naturalnya.

Tugas-tugas ini beliau laksanakan sepanjang paruh waktu kedua. Pada periode waktu ketiga para penduduk dari kota-kota terdekat dimana sebelumnya Sang Buddha dan para bhikkhu pengiringnya ber-pindapatta datang ke vihara dan memenuhi bangsal pertemuan. Para penduduk ini mengunjungi vihara dengan memakai busana terbaik dengan membawa bunga dan benda-benda yang harum. Biasanya para penduduk Rajagraha datang ke vihara Veluvana. Para penduduk Vesali mengunjungi Vihara Mahavana. Penduduk Savatthi berkunjung ke Vihara Pubbarama. Sedang pembabaran Bhara Sutta terjadi saat Sang Buddha berdiam di Vihara Jetavana.

Saat mereka telah berkumpul, diceritakan jumlahnya bisa ratusan sampai ribuan orang. Kemudian baru Sang Buddha memasuki ruang pertemuan. Pada saat semacam ini Sang Buddha memabarkan dhamma yang sesuai dengan pendengarnya. Juga seluruh bhikkhu yang tidak sakit atau memiliki keterbatasan fisik lainnya hadir di pertemuan ini. Mereka memberi perhatian sepenuhnya pada apa yang dibabarkan Sang Buddha. Perhatian yang sungguh-sungguh ini juga dilakukan umat biasa yang mendengarkan pembabaran dhamma tersebut. Para bhikkhu itu memasuki Sangha untuk mempertahankan pikirannya untuk meraih tingkat kearahatan, dimana seluruh penderitaan dan kesengsaraan *samsara*, lingkaran tumibal lahir, bisa dihentikan. Yang tak bisa hadir hanyalah para bhikkhu yang sedang sakit atau memiliki keterbatasan fisik.

Dalam pertemuan ini turut hadir pula para bhikkhuni, para umat laki-laki dan perempuan. Meski demikian Sang Buddha selalu mendahulukan menyebut para bhikkhu untuk memulai kotbah dhammanya. Sehingga beliau selalu menunjukan khotbah itu kepada mereka lebih dahulu. Kemudian pihak yang dituju, yakni para bhikkhu membalas dengan kalimat, "Baik, Yang Mulia".

Setelah itulah baru Sang Buddha mulai memabarkan dhamma. Hal itu beliau lakukan untuk mendapatkan perhatian baik dari kedua pihak, pria maupun wanita, agar memperhatikan dhamma yang beliau ajarkan dengan penuh perhatian.

3. *Purimayabhatta kicca* mengandung arti tugas-tugas yang dilakukan pada malam hari. Pada waktu itu Sang Buddha mengawalinya dengan mandi jika beliau menginginkan dan duduk sendiri di suatu tempat yang telah disediakan di kuti harum. Kemudian para bhikkhu datang untuk meminta penjelasan beberapa hal yang berhubungan dengan perkembangan spiritual mereka, meminta nasehat atas meditasi mereka selanjutnya atau meminta Sang Buddha untuk memabarkan dhamma. Beliau menghabiskan waktu dengan memenuhi permintaan mereka sampai, kira-kira sebutlah pukul 10 malam.
4. Tugas keempat dinamakan *Majjhimayama kicca*, tugas-tugas tengah malam. Dimana pada waktu itu ribuan dewa dan brahma dari sepuluh ribu penjuru alam raya

mengunjungi beliau dan mengajukan berbagai pertanyaan. Dialog antara Sang Buddha dengan para dewa dan Brahma itu tertulis di *Sagatha Vagga* dalam *Samyutta Nikaya*. Tugas ini berakhir sekitar pukul dua pagi.

5. Sisa waktu terakhir dari malam itu dihabiskan Sang Buddha untuk memenuhi tugas-tugas *pacchumayama kicca*. Tugas ini hanya berlangsung tiga jam. Pada jam pertama beliau berjalan bolak-balik di vihara untuk menjaga kesehatannya. Pada jam kedua beliau pergi tidur yang berlangsung hanya satu jam. Saat bangun pada jam ketiga, beliau mengamati dunia, melihat orang-orang yang memiliki kematangan batin tertentu. Tugas ini seperti pada *pacchabhatta kicca*, yakni melihat jika ada seseorang yang memiliki kematangan spiritual dan siap untuk dicerahkan.

Dari cerita di atas diketahui Sang Buddha selalu memikirkan atau melakukan aktifitas keduniawian. Beliau selalu sibuk melaksanakan tugas-tugas tersebut. Ada kemungkinan sutta ini dibabarkan pada waktu tugas sore. Sebab saat Bhara Sutta dibabarkan ada empat macam pendengar yang hadir, yakni para bhikkhu dan bhikkhuni serta umat biasa pria dan wanita. Yang harus diingat adalah walaupun empat jenis pendengar hadir, Sang Buddha tetap menggunakan kata pembuka dengan menyapa para bhikkhu terlebih dahulu dengan kata-kata, "O para bhikkhu....."

Kemudian Beliau melanjutkannya dengan kata-kata berikut, "O para bhikkhu, aku akan menceritakan kepadamu tentang beban, kuli pengangkut beban, tindakan membawa beban dan tentang cara meletakkan beban tersebut. Dengarlah baik-baik dan penuh perhatian. Aku akan berbicara tentang beban itu sekarang".

Dengan cara demikian Sang Buddha meminta kepada para bhikhu untuk memusatkan perhatiannya kepada pembabaran dhamma tentang beban, si kuli pengangkut beban, tindakan membawa beban itu dan bagaimana cara meletakkannya. Sang Buddha dengan tegas meminta para bhikkhu untuk mendengarkan dengan penuh perhatian. Hal ini merupakan permintaan yang sangat penting untuk dilakukan. Barang siapa yang tidak mendengarkan dengan baik tak akan mengerti apa yang beliau ajarkan. Hanya bagi mereka yang mendengar dengan penuh perhatian atas apa yang tengah dibabarkan bisa meraih pencerahan berupa pengetahuan batin magga, jalan dan buahnya, phala.

Pembabaran dhamma tentang Bhara Sutta sangat menekankan pengetahuan tentang cara meletakkan beban yang dapat membuahkan kebahagiaan dan kebebasan bagi seseorang.

Lima Kelompok Kehidupan : Beban yang Sebenarnya

Ketika para siswa bertekad untuk mendengarkan dengan penuh perhatian, Sang Buddha membuka pokok pembicaraan dengan pertanyaan demikian, "O para bhikkhu, apakah yang dinamakan beban itu?". "*Upadanakkhandha*, lima kelompok kemelekatan, adalah beban yang sebenarnya."

"*Katamo ca bhikkhave baro?*"

"*Pancupadanakkhandha tissa vaccaniyam*".

Dalam kehidupan sehari-hari mungkin kalian pernah bertemu dengan buruh-buruh atau kuli pengangkut barang di pelabuhan atau di stasiun kereta api. Mereka membawa barang-barang dari satu tempat ke tempat lain. Beberapa beban atau barang bawaan itu sangatlah berat. Sehingga dibutuhkan alat bantu berupa mesin pengangkat untuk membawa beban tersebut. Suatu pemandangan yang umum di Burma adalah seorang pekerja yang sedang membawa karung-karung beras. Seorang pria yang kuat bisa membawa karung itu bahkan dalam jangka waktu lama. Tapi, berapa lamakah itu?

Waktu lama yang dimaksud disini adalah, pada kenyataannya, hanya dalam hitungan menit. Ia tidak mungkin memanggulnya berjam-jam apalagi berhari-hari. Jika si kuli bersikeras memanggul beban itu selamanya, ia akan menghadapi kematian. Tetapi untuk

membebaskan diri, ia bisa melemparkan atau menurunkan beban tersebut. Sekarang ia merasa gembira karena pekerjaannya telah berakhir.

Beban yang didiskusikan di atas hanya menggambarkan beban yang biasa. Bagaimana dengan beban *khandha*, lima kelompok fenomena batin dan jasmani yang kalian sebut dengan nama 'tubuh'? Ketika kalian melekat pada kelima kelompok ini kalian memiliki *upadanakkhandha*. Ini adalah sebuah beban yang berat.

Beban Khandha yang Berat

Apa yang ingin saya katakan pada kalian adalah beban *khandha* lebih berat dari beban manapun. Dimana beban *khandha* ini dibawa orang-orang setiap hari dari satu tempat ke tempat lain. Setiap makhluk hidup disibukkan untuk memelihara tubuhnya agar tetap sehat dan kuat. Ia harus memberi makan tubuhnya setiap hari sehingga tubuhnya tetap sehat. Beberapa orang lainnya harus terus mengingat dalam pikirannya bahwa dirinya tak sekedar memelihara kesejahteraan jasmaninya sendiri, tetapi juga kesejahteraan tubuh-tubuh lainnya. Hal ini tidak hanya berlangsung sesaat. Tetapi sepanjang hidupnya.

Hal ini digambarkan hanya berhubungan dengan keberadaannya saat ini. Faktanya, kalian sedang membawa beban keberadaan dalam banyak putaran *samsara*, lingkaran tumibal lahir. Dalam memanggul beban itu kalian bahkan tak bisa meletakkannya barang sebentar saja. Apa yang dimaksud beban berat dari lima kelompok kemelekatan itu? Sang Buddha membabarkannya demikian:

“*Katame panca? Rupupadanakkando, vedanakkhando, sannupadanakkhando, sankharupadanakkando, vinnanupadanakkhando, ayam vuccati bhikkhave baro*”

(Mereka adalah *rupupadanakkhando*, kumpulan kemelekatan materi atau jasmani, *vedanupadanakkhando*, kumpulan kemelekatan perasaan, *sannupadanakkando*, kumpulan kemelekatan persepsi, *sankharupadanakkando*, kumpulan kemelekatan aktifitas kecenderungan, *vinnanupadanakkando*, kumpulan kemelekatan kesadaran).

“O bhikkhu, inilah yang dimaksud dengan lima beban”.

Saya telah memberikan ceramah banyak kali tentang lima kelompok kemelekatan ini di Sasana Yeiktha. Karena, pada pokoknya hanya pada kelima kelompok kemelekatan inilah semua fenomena keberadaan berada. Dengan alasan inilah saya (Mahasi Sayadaw) akan mengulangi khotbah ini sekarang.

Khandha & Upadanakkhandha

Semua fenomena baik yang terjadi di masa lalu, sekarang dan di masa yang akan datang dikelompokkan ke dalam *khandha-khandha*. Tentu pernyataan ini perlu penjelasan lebih lanjut. Ketika muncul suatu peristiwa rupa atau materi terlibat di dalamnya. Materi ini terbentuk dari *kamma* lalu. Ia, materi, masih tetap ada di saat ini dan akan tetap ada di masa yang akan datang. Ia ada di dalam kalian juga di luar kalian. Ia bisa berwujud kasar, jelek atau baik. Semua kumpulan itu dapat dikelompokkan ke dalam *rupa*. Dan kalian menyebutnya *rupakkhandha*, kumpulan materi.

Ia merupakan kumpulan unsur-unsur materi dan kelengkapannya yang kalian namakan sebagai tubuh. Sementara perasaan-perasaan, persepsi-persepsi, aktifitas-aktifitas kemauan dan kesadaran semuanya ini dikelompokkan ke dalam kelompok batin. Mereka ini adalah, *vedanakkhandha*, kelompok perasaan; *sannakkhandha*, kelompok persepsi; *sankharakkhandha*, kelompok berbagai aktifitas kemauan dan *vinnakkhandha*, kelompok kesadaran. Kelimanya merupakan *khandha*.

Ada suatu kritik yang menyatakan bahwa *rupa* tak bisa dimasukkan ke dalam kelompok *khandha*. Karena *khandha* berarti sesuatu yang terkumpul secara kolektif dari ke lima

kelompok itu. Dalam kenyataannya, bagaimana pun, komponen dari kelompok kehidupan-kelompok kehidupan itu secara terpisah-pisah bisa menggunakan istilah *khandha*. Jadi, materi adalah *khandha*. Perasaan juga *khandha*. Persepsi adalah *khandha*. Aktifitas-aktifitas kecenderungan merupakan *khandha* pula. Kesadaran juga *khandha*.

Tapi, hanya ada satu dhamma tunggal yang tak bisa dikelompokkan atau digolongkan dengan cara semacam itu. Satu-satunya dhamma tunggal itu adalah *nibbana*. Ia adalah satu adanya. Ia tak memiliki masa lalu, masa kini dan masa yang akan datang. Ia tak mengenal kata akhir.

Upadana adalah kemelekatan atau kemampuan menggenggam yang dipengaruhi oleh *tanha*, pengharapan atau hasrat-hasrat dan *ditthi*, pandangan atau kepercayaan yang salah. Ia juga berarti kemelekatan tingkat tinggi. Dalam hal ini perlu penjelasan tentang *upadanakkhandha*. Karena mereka terbentuk dari obyek-obyek kemelekatan.

Pada saat seseorang merealisasikan pencapaian *magga*, jalan, dan buah, *phala*, kesadaran tingkat tinggi, *lokuttara citta*, berkembang. Kesadaran tingkat tinggi ini terbagi dalam delapan wilayah. Yang termasuk di dalamnya adalah delapan jenis kesadaran tingkat tinggi disertai keadaan mental tingkat tinggi pula. Sementara *magga* dan *phala* sendiri dikenal pula sebagai *khandha*. Namun, mereka tidak dimasukkan ke dalam *upadanakkhandha*.

Dari kelima *khandha*, hanya *rupakkhandha* yang terdiri dari elemen materi. Sementara empat lainnya yakni perasaan, persepsi, aktifitas kemauan, dan kesadaran termasuk ke dalam *namakkhandha*. *Upadanakkhandha* mencakup kemelekatan pada kelima *khandha*.

Di dalam Bhara Sutta disebutkan saat membahas masalah beban kalian akan membahas hal-hal yang berhubungan dengan hal-hal keduniawian atau *lokiya dhamma*, dhamma duniawi dan tidak menyentuh sesuatu yang bersifat adi duniawi atau *lokuttara dhamma*. Keduanya, baik *rupakkhandha* maupun *namakkhandha* (beban jasmani dan beban batiniah) akan dibahas di sini. Perlu dicatat, secara tegas *khandha* yang dimaksud di sini adalah *upadanakkhandha*, atau lima kelompok kemelekatan.

Empat Upadana

Kemelekatan bisa dijelaskan dalam empat cara:

1. Kemelekatan atas obyek-obyek indra, *kayanupadana*.
2. Kemelekatan atas pandangan salah, *ditthupadana*.
3. Kemelekatan atas praktek keagamaan yang salah, *silabbatupadana*.
4. Kemelekatan akan adanya "ego" atau 'diri', *attavadupadana*.

Di bawah ini dijelaskan lebih jauh tentang empat jenis kemelekatan tersebut:

1. *Kayanupadana*

Sensasi-sensasi yang menyenangkan muncul ketika ada kontak dengan obyek-obyek indra. Karena munculnya sensasi-sensasi ini berkembang pula hasrat untuk menikmati di dalam diri. Setelah itu muncul kemelekatan terhadap obyek-obyek ini. Kemelekatan di dalam diri ini berhubungan dengan sensasi-sensasi yang muncul dari dalam dan di luar diri. Seorang laki-laki memiliki hasrat yang kuat dengan perempuan demikian juga sebaliknya. Ini dinamakan daya tarik seksual. Daya tarik seksual ini adalah contoh keterikatan yang sangat kuat.

Kalian merindukan sensasi-sensasi menyenangkan yang muncul dari kontak pada saat ini sebagaimana juga munculnya kontak yang sama di masa lalu.

Kalian memiliki keinginan kuat atas segala sesuatu yang sulit diperoleh. Ketika berhasil memiliki apa yang diinginkan, kalian tak bisa menjadi bagian darinya. Ini

adalah keterikatan pada *kamabhava*, hasrat mengada. Tapi, keinginan ini tak berhenti sampai di situ. Hasrat ini bermain jauh di luar *rupakkhandha* dan *namakkhandha*. Saat kalian melekat pada obyek-obyek yang berkembang di dalam diri, ini adalah kemelekatan pada *rupabhava*, mengada bersama wujud jasmani.

Kalian juga melekat pada *arupabhava*, ingin berada di wilayah-wilayah tanpa wujud jasmani. Kedua kemelekatan ini termasuk dalam kelompok *kalianpadana*.

2. *Ditthupadana*

Secara umum, kalian biasanya tertarik pada ideologi tertentu. Meski demikian, tidaklah biasa bagi kalian untuk terikat dengan ide “ini” atau “itu”, baik secara moderat maupun khusus. Tapi, dalam kasus ini, kalian berhubungan atau terikat dengan pandangan yang salah. Yang termasuk di dalamnya adalah melakukan tindakan moral yang salah sebagai suatu kebenaran serta kepercayaan akan adanya diri atau ego. Di halaman-halaman berikut akan dibahas kedua hal itu secara terpisah. Soal kepercayaan yang salah ini sekelompok orang menyakini suatu ajaran yang mengatakan bahwa tak ada akibat *kamma* pada suatu perbuatan, baik yang bermanfaat maupun tidak. Pandangan salah semacam ini termasuk ke dalam kelompok *ditthupadana*.

3. *Silabbatupadana*

Kemelekatan membuta pada praktek keagamaan tidak membawa pada penghentian lingkaran tumimbal lahir serta meraih *nibbana*. *Silabbata* artinya penampilan ritual keagamaan. Ia tak berhubungan sama sekali dengan Agama Buddha. Yang termasuk di dalamnya adalah “praktek lembu” dan “anjing”. Suatu kepercayaan yang mengajarkan bila kalian bertingkah laku seperti lembu, anjing, dewa, Brahma, Tuhan, atau bertingkah laku meniru seorang guru tertentu akan mampu membebaskan kalian dari penderitaan. Yang termasuk di dalamnya adalah kepercayaan bila seseorang berendam di sungai Gangga akan bisa mengikis *kilesa*-nya. Kepercayaan lainnya adalah dengan mengorbankan hewan-hewan tertentu akan membuat seorang terbebas dari penderitaan. Ini semua termasuk *silabbatupadana*.

Dengan mencermati hal ini, sangat jelas bahwa semua ritual dan upacara keagamaan dimana tak ada “Delapan Jalan Utama” tidak bisa dianggap sebagai perbuatan bermanfaat. Upacara semacam ini tak akan membawa seseorang ke arah terbebas dari penderitaan.

4. *Attavadupadana*

Ada banyak teori tentang asal muasal dari kehidupan. Beberapa kelompok percaya bahwa ada suatu benda hidup yang bersemayam di dalam tubuh yang menyebabkan seseorang hidup. Seseorang dikatakan ada atau hidup jika benda itu bersemayam di dalam diri. Tapi, kehidupan itu lenyap dari dirinya saat meninggal dunia. Cara berpikir semacam ini dinamakan *ucchedaditthi*; suatu kepercayaan bahwa kematian berarti berakhirnya seluruh kehidupan secara total termasuk *kamma-kamma*-nya. Keyakinan semacam ini dinamakan juga sebagai paham nihilisme. Cara pandang lainnya dinamakan *sassataditthi*. Kepercayaan ini menganggap *atta* atau ‘diri’ atau “ego” dianggap sebagai suatu zat yang tidak akan hancur untuk selamanya. Pada saat kematian zat itu berpindah ke dalam tubuh yang lain. Paham ini dinamakan juga sebagai paham eternalisme.

Analisa terakhir, keempat *upadana* ini bisa disarikan seluruhnya sebagai *tanha*, hasrat atau kemelekatan dan *ditthi*, pandangan salah. Penjelasannya adalah demikian. *Kayanupadana* adalah milik *tanha* sementara tiga *upadana* lainnya termasuk ke dalam kelompok *ditthi*. Yang pertama didasarkan pada obyek-obyek indra sementara yang lainnya terletak pada cara berpikir yang salah.

Bagaimana Munculnya Kemelekatan ?

Karena adanya organ-organ indrawi muncul kemelekatan pada obyek-obyek indra. Ketika perasaan menjadi tajam mereka membuat obyek-obyek terwujud secara jelas. Saat mata menangkap obyek yang nampak, hidung mencium aroma, lidah menikmati makanan lezat, tubuh merasakan sentuhan yang lembut, sensasi menyenangkan muncul. Dan, berkembang pula kemelekatan akan wujud kalian dan wujud-wujud yang lain.

Kalian tertarik dengan keindahan tubuh sendiri juga pada tubuh-tubuh indah milik orang lain. Kalian bangga dengan penampilan organ gerak yang menyebabkan kalian bisa menekuk, meregang, duduk atau berdiri, dan lain-lain. Karena kecintaan kepada materi dan jasmani ini kemudian muncul catatan: ini adalah aku, ini milikku, ini suamiku, ini istriku, ini anakku, dan lain-lain. Pencatatan ini dipicu oleh kemelekatan kalian pada jasmani atau tubuh, rupa. Kemelekatan ini disebut *kayanupadana*.

Saat indra kontak dengan obyek, sensasi muncul. Setelah itu muncul kemelekatan. Semua sensasi ini baik yang menyenangkan maupun yang tidak menyenangkan berasal dari jasmani. Seseorang dapat menikmati ataupun tidak menikmati tuntutan sensasi tersebut, "saya merasa, saya mendengar, saya melihat." Ketika seseorang merasa sehat ia berkata, "saya sehat". Saat sakit ia berkata, "saya lagi tidak enak badan." Ketika merasa tidak nyaman atau tersiksa ia berkata, "saya menderita" atau "saya mengalami *dukkha*." Ketika menghadapi perselingkuhan, ia berkata, "saya mengalami kesulitan", "saya dalam bahaya", "saya sedang sedih" atau "saya memalukan."

Ia berpikir dalam semua keadaan ada 'saya' atau 'diri' yang terlibat di dalamnya. Dengan kata lain, ia berpikir bahwa semua fenomena yang dialami adalah miliknya. Inilah kemelekatan terhadap perasaan, *vedana*, yang muncul dimana sensasi-sensasi yang terbangun membentuk konsep 'diri'.

Kemelekatan terhadap *sanna* atau persepsi sebagian muncul dengan cara yang sama. Ketika seseorang merasakan suatu obyek, ia berpikir bahwa ialah yang merasai obyek itu. Jadi, ia berkata, "saya merasakannya", "saya mencatatnya", "saya mengingatnya." Sehingga saya bisa memanggil ingatan itu dari pikiran saya." Inilah cara bagaimana seseorang diserang oleh gagasan yang dianggap sebagai 'saya' atau 'diri'.

Aktifitas kemauan atau *sankhara* menentukan perilaku batin dan jasmani. Meski semua perbuatan dan kondisi ditentukan oleh kemauan, seseorang akan berpikir ialah yang melakukan ini atau itu. Maka ia berkata, "saya duduk", "saya berdiri", "saya berpikir", "saya membayangkan", "saya marah", "saya tertarik pada hal itu", "saya tak punya keyakinan", "saya bodoh", "saya bijaksana", "saya memiliki keyakinan." Semua hal itu memperlihatkan bahwa ia mengambil semua kelompok mental itu sebagai "dirinya". Inilah cara munculnya kemelekatan terhadap *sankhara*.

Ketika seseorang melihat sebuah obyek, saat mengetahuinya, ia akan berkata, "saya mengetahui." Jadi catatan 'saya' muncul di dalam dirinya. Ia akan mengatakan, "saya melihatnya, saya menyentuhnya". Ia lantas menyamakan dirinya dengan '*atta*'-nya atau 'akunya'. Inilah cara kemelekatan terhadap *vinnana*, kesadaran, muncul.

Kemelekatan atau kecintaan adalah *upadana*. Obyek kemelekatan adalah *upadanakkhandha*. Catatan "ini saya", "ini milikku" adalah milik *upadanakkhandha*.

Ketika seseorang mengunjungi sebuah toko dan melihat aneka baju dan sepatu disana, hasrat untuk menggunakan barang-barang itu muncul. Kemudian dia membayangkan dirinya sedang menggunakan barang-barang itu. Pada saat itu ia berpikir bahwa dirinyalah pemilik barang-barang tersebut. Disini *tanha*, kemelekatan, telah berkembang di dalam dirinya. Pada saat seseorang menikmati pikirannya, seperti ia berhasrat untuk memiliki benda-benda itu, seseorang harus mengenali bahwa *tanha* sedang bekerja. Jadi kemelekatan memperkuat kemelekatan.

Bahan *khandha* adalah jasmani mulai dari puncak kepala sampai ujung jari kaki. Kemelekatan berhubungan dengan seluruh bagian dari tubuh. Kalian hanya perlu menarik rambut seseorang dan ia seketika akan memberi reaksi tidak senang serta akan berkata, “Jangan tarik rambutku”. Rambut adalah wakil dari ‘saya, aku’. Demikian orang berpikir. Semua hal yang berhubungan dengan tubuhnya adalah miliknya. Inilah kemelekatan pada *rupa*.

Kemelekatan pada Ide tentang Diri

Bagi seseorang yang belum memiliki pengalaman bermeditasi melihat kondisi alami batin dan jasmani, akan tetap mengenggam ide bahwa jasmani merupakan substansi hidup yang disebut *atta* atau diri.

Meski telah bermeditasi pandangan terang ada saja sekelompok orang yang gagal untuk membedakan *nama* dari *rupa*. Mereka tetap beranggapan adanya suatu substansi, inti hidup yang berdiam di dalam diri. Orang ini sulit menyingkirkan gagasan tentang adanya diri. Inilah yang dinamakan kemelekatan kepada *atta*. Meski mereka datang untuk memahami *nama* dan *rupa*, namun mereka masih belum dapat secara penuh melepaskan diri dari konsep ‘aku’ tersebut. Hal ini haruslah dimengerti dengan cara demikian; mereka telah mempelajari apa yang selama ini dianggap sebagai diri merupakan perwujudan dari batin dan jasmani. Bila suatu hal dapat ditemukan dalam diri seseorang yang seolah-olah tidak memiliki kemelekatan, hal ini tidak dapat secara pasti dikatakan bahwa ketidakmelekatan itu merupakan bangkitnya suatu keyakinan tapi lebih dikarenakan penerimaan atas tradisi suatu ajaran. Ini merupakan pengetahuan umum, bukan pengetahuan batin, pernyataan sesungguhnya tentang materi dan pikiran.

Jika seorang *yogi* berlatih pandangan terang dimana cara ini menampakkan kepadanya kebenaran alami dari fenomena batin-jasmani yang muncul dan tenggelam, *atta* tidak akan bisa mewujudkan sebagai miliknya. Meski demikian, ada sekelompok orang yang ragu-ragu untuk mempraktekkan jalan kebenaran. Kebenaran itu akan muncul lagi. Gagasan tentang diri akan padam sepenuhnya saat ia berada pada tingkat *sotapatti*.

Perlu ditegaskan disini bagi seseorang yang gemar berlatih meditasi pandangan terang latihan tersebut akan mengakibatkan tersingkirnya gagasan tentang adanya diri. Hal ini terjadi saat seseorang telah meraih tingkat kesucian *sotapatti*.

Sementara itu ada sebagian orang yang beranggapan bisa meraih tingkat kesucian pertama ini tanpa berlatih meditasi pandangan terang. Kenyataannya, lepasnya konsep tentang adanya ‘aku’ hanya bisa diraih melalui kebijaksanaan dari latihan meditasi.

Banyak tertulis dalam naskah-naskah *Tipitaka* bahwa pandangan benar bisa dicapai hanya saat ia mampu melihat fenomena batin dan jasmani apa adanya. Kemelekatan akan adanya ‘diri’ tidak cocok dengan dhamma. Saya melihat pertentangan yang terjadi karena tidak adanya penghargaan atas ajaran Sang Buddha. Karena ketidakhadiran penghargaan ini maka sulit untuk mempraktekkan meditasi pandangan terang.

Di masa hidup Sang Buddha, masyarakat pada waktu itu sangat menghargai ajaran yang disampaikan oleh para gurunya. Mereka selalu meyakini apa yang dikatakan gurunya. Saat penduduk mendengar pembabaran dhamma Sang Buddha tentang tak adanya konsep ‘diri’ mereka bisa melepaskan gagasan itu sehingga bisa memperoleh *magga* (jalan) dan *phala* (buah) dari *dhamma*. Hal ini memperlihatkan awalnya mereka tidak datang kepada Sang Buddha untuk membebaskan konsep *atta*-nya sebelumnya. Hanya saat mendengarkan pembabaran dhamma mereka menemukan pencerahan dan memperoleh ‘jalan’.

Menyingkirkan Konsep Adanya Diri

Orang-orang yang memiliki pengetahuan dasar tentang batin dan jasmani serta memiliki kepercayaan akan Buddha-Dhamma bisa mulai berlatih meditasi pandangan terang. Dalam

latihannya mereka bisa mencatat obyek batin dan jasmani, yang tertangkap melalui enam pintu indra, yang bersifat selalu berubah-ubah, mengikuti petunjuk *satipathana*.

Mereka harus mencatat apa yang dilihat mata, yang didengar telinga, dibaui oleh hidung, dirasakan lidah, dipikirkan oleh pikiran, serta mencatat sentuhan-sentuhan pada tubuh. Setelah pencatatan itu akan diperoleh pandangan terang yang berhubungan dengan tingkat pemahaman yang telah diperoleh.

Pada saat seorang *yogi* mempraktekkan perhatian murni maka konsentrasinya akan menguat dan pikirannya menjadi jernih. Setelah itu ia dapat membedakan antara *nama* (batin) atau pikiran yang mengetahui dan *rupa* (jasmani) yang diketahui. Ia juga akan menyadari bahwa *atta* atau diri itu sebenarnya tidak ada.

Bila pencatatan dilakukan berulang-ulang maka akan muncul kesadaran tentang sebab-akibat terbentuknya batin-jasmani. Pada akhirnya, gagasan tentang adanya 'diri' bisa dihancurkan. Sebelum mempraktekkan latihan ini ia mungkin berputar-putar pada gagasan bahwa *atta* berasal dari kehidupan di masa lalu. Kemudian *atta* akan ada sekarang dan dimasa mendatang. Setelah mempraktekkan *vipassana* semua keragu-raguan itu akan teratasi. Iapun akan mengerti kebenaran alami dari fenomena batin dan jasmani.

Bila *yogi* ini terus melakukan pencatatan, ia akan menemukan bahwa obyek indra dan kesadaran bersama-sama lenyap. Keduanya muncul dan lenyap dengan sendirinya. Apa yang bersifat tidak tetap sesungguhnya tidak memuaskan. Setelah ia mampu mencatat hal yang penting ini akan muncul perenungan, apa yang tersisa di sana untuk dilekati? Semua fenomena batin dan jasmani dalam keadaan berubah-ubah. Saat ini muncul, saat ini juga lenyap. Dengan merenungkan hal ini seseorang dapat menyingkirkan gagasan tentang *atta* oleh keyakinannya sendiri.

Melepaskan Atta dengan Melakukan Pencatatan

Beberapa orang selalu berpikir bahwa mencatat muncul dan lenyapnya batin-jasmani saja tidak cukup. Mereka melangkah lebih jauh dan berspekulasi mengenai batin dan jasmani atau fenomena batin dan jasmani itu. Spekulasi semacam ini tidak didasarkan pada pengetahuan yang diperoleh melalui praktek nyata. Tapi dari apa yang pernah didengar atau dibaca dari buku-buku. Pengetahuan ini tidak nyata.

Kalian tak berhubungan dengan jenis persepsi semacam ini yang tidak dipetik melalui praktek nyata melainkan melalui pencatatan yang dilakukan pihak lain atau pengetahuan yang diambil dari buku-buku. Jenis pengetahuan ini abstrak. Kalian berada di sini bukan untuk membahas berbagai persepsi yang ada tapi mendalami pengetahuan batin yang bisa diperoleh melalui praktek nyata.

Saat mengawasi orang yang lalu-lalang di sebuah jembatan, kalian akan mencatat mereka yang datang dan pergi. Kalian tak perlu bergantung dari pengetahuan orang lain untuk mengetahui bahwa orang-orang yang melintas di jembatan itu datang dan pergi. Dengan cara yang sama, jika kalian mengawasi dan mencatat obyek-obyek yang muncul melalui enam pintu indra, pintu penglihatan, pendengaran, dan lain-lain, kalian secara jelas melihat bagaimana batin dan jasmani muncul dan lenyap terus-menerus.

Ambil contoh lain. Tempatkan sebuah cermin di salah satu sisi jalan. Lihat ke dalam cermin. Semua pengendara sepeda dan pejalan kaki akan terlihat di dalam cermin itu apa adanya. Dengan cara yang sama, jika mengawasi dan mencatat dengan kesadaran semua obyek yang muncul melalui enam pintu indra, kalian akan mencatat semua obyek indra (yang tak memiliki kesadaran) muncul ketika pikiran (subyek yang memiliki kesadaran) memetik pengetahuan dari kemunculannya. Setelah itu kalian akan menyadari bahwa baik subyek dan obyeknya melenyap. Dan, proses yang sama muncul lagi sesaat kemudian. Setelah itu *yogi* bersangkutan menyadari, inilah fenomena dari batin-jasmani, yang muncul untuk

kemudian lenyap. Keduanya bersifat tidak tetap dan tidak kekal. Mereka bersifat dukkha, penuh penderitaan. Serta, keduanya tak memiliki substansi yang kekal.

Ketika mencatat proses batin dan jasmani kalian akan mengetahui keadaan alami mereka. Setelah mengetahui keadaan alaminya apa yang tersisa di sana untuk diingat dan dipikirkan? Jadi, berpikir tentang batin dan jasmani tanpa secara nyata mencatat tentang muncul dan lenyapnya mereka, itu sungguh tidak alami. Dengan demikian sungguh tidak masuk akal jika seseorang mampu berkata 'muncul' dan 'lenyap' tanpa pernah mengalami prosesnya secara nyata. Memperoleh pengetahuan dari metode berpikir semacam ini atau pengucapan belaka bersifat tidak hakiki. Ini adalah pengetahuan yang dipetik dari tangan kedua yaitu melalui buku-buku.

Lebih jauh, intisari dari meditasi pandangan terang adalah mencatat semua dhamma atau fenomena pada saat munculnya. Jika kalian menelan pengetahuan kedua itu maka konsentrasi tidak akan terbangun dengan baik. Tanpa adanya konsentrasi kalian tidak akan memperoleh pemurnian pikiran. Jika kalian memperoleh kebenaran melalui filsafat batin dan jasmani itu adalah hal yang kurang baik. Jika membawa cara pandang yang salah kalian akan 'habis' karenanya. Jika cara pandang yang salah ini dipertahankan kalian akan melihat ketidakkekalan sebagai kekekalan atau sesuatu yang berubah-ubah sebagai sesuatu yang tetap. Dengan demikian konsep tentang adanya 'diri' tetap berada di sana.

Saya akan menyarankan kepada para pemula yang berlatih meditasi pandangan terang untuk mencatat berbagai hal sebagaimana adanya. Misal, ketika sedang berjalan ia mencatat saat mengangkat kaki, maju dan meletakkan kaki. Catat setiap proses dari mengangkat, maju dan meletakkan kaki. Bagi pemula sangat sulit untuk membedakan satu proses dari proses lainnya. Tapi, suatu saat ketika konsentrasi menguat ia akan mampu mencatat tidak saja setiap proses tapi juga mengamati pikiran yang tengah melakukan pencatatan.

Saat mengangkat kaki, kaki yang tengah terangkat adalah obyek untuk dicatat oleh pikiran. Ketika *samadhi*, konsentrasi atau perhatiannya, semakin kuat, maka ia secara jelas mencatat bahwa obyek tersebut adalah satu hal, sementara subyeknya (yakni pikiran yang mencatat) adalah hal satunya lagi. Obyek itu merupakan kelompok *rupa* sementara subyek masuk dalam kelompok *nama*.

Dengan cara yang sama, saat menekuk kaki, ia akan mengetahui bahwa 'menekuk' adalah satu fenomena dan 'mengetahui' (bahwa ia sedang menekuk kaki) adalah fenomena yang lain. Sehingga batin secara jelas bisa dibedakan dari jasmani.

Pada setiap gerakan yang dibuat, ia dapat mengenali fenomena 'bergerak' sebagai sesuatu yang berbeda dari 'mengetahui'. Lebih jauh, seluruh ide "keberadaan" tergantung pada batin yang mengetahui dan jasmani yang diketahui. Tak ada sesuatu, zat hidup atau individu di sana. Batin dan jasmani menjadi 'sesuatu' dalam satu saat dan lenyap untuk kemudian muncul pada saat berikutnya. Pengetahuan mengetahui realitas ini dinamakan *namarupapariccheda nana*, pengetahuan membedakan antara batin dari jasmani.

Setelah memperoleh pengetahuan ini dengan sendirinya ia akan mendapatkan masukan pengetahuan untuk membebaskan konsep *atta*-nya. Hal ini telah saya jelaskan di awal ceramah. Meski seorang yogi mempercayai hukum ketidakkekalan, penderitaan dan ketanpa-intian (*anicca*, *dukkha*, dan *anatta*) kemelekatan terhadap diri tetap muncul saat ia tengah berlatih meditasi untuk meraih tingkat-tingkat kesucian. Ketidakberpihakan muncul hanya ketika serangkaian pengetahuan batin sepenuhnya bisa diperoleh sehingga suatu saat ia bisa meraih 'jalan' (*magga*) dan 'buah' (*phala*).

Sebelumnya saya telah berbicara tentang kemelekatan karena pandangan salah memandang lima kelompok kehidupan (lima *khanda*). Saat melekat pada benda-benda yang dilihat (karena proses penglihatan itu menyenangkan) mendorong kalian untuk membangun kemelekatan terhadap diri. Inilah yang dinamakan kemelekatan terhadap jasmani. Dengan

cara yang sama kalian melekat pada *vedana* (perasaan), *sanna* (persepsi-persepsi), *sankhara* (aktifitas kemauan) dan *vinnana* atau kesadaran. Akhirnya kalian bisa memahami prinsip-prinsip kemelekatan melalui pintu indra dimana semua fenomena berawal. Kalian akan menyimpulkan bahwa semua batin dan jasmani merupakan *upadanakkhanda*, kelompok kemelekatan dimana beban itu berada.

Seberapa Berat Beban Itu ?

Ingatlah baik-baik, kalian akan menyadari betapa berat beban ini. Ketika sosok manusia terbentuk di rahim ibunya pada saat itulah ia mulai membawa beban (ke-5 kelompok kehidupan) tersebut. Sang Ibu telah memberikan semua perlindungan sehingga ia bisa lahir sebagai manusia. Sejak saat itu si ibu harus berhati-hati untuk memenuhi kebutuhannya sehari-hari. Ketika mengonsumsi makanan, saat tidur, dan lain-lain. Jika ibu tersebut seorang buddhis, ia akan berperilaku baik sehubungan dengan bayi yang sedang dikandungnya.

Saat si bayi lahir, ia belum mampu menjaga dirinya sendiri. Si bayi akan dijaga dan dirawat ibunya atau sanak saudaranya yang lebih tua. Ia harus diberi minum dan makan dari air susu ibunya. Juga dibersihkan, dimandikan dan diberi pakaian. Ia harus digendong dari satu tempat ke tempat lain. Sedikitnya dibutuhkan dua atau tiga orang untuk menjaga dan membawa beban kecil dari ke-5 *khandha* itu. Dalam hal ini dapat diketahui betapa banyak anak-anak berhutang pada orang tua dan kerabatnya atas penjagaan yang telah mereka berikan. Tapi, generasi yang tidak tahu berterimakasih ini mengatakan bahwa orang tuanya tidak dapat menahan nafsu. Suatu pikiran yang sangat buruk. Karena sesungguhnya beban keberadaan bayi itu bukan karena orang tua, tapi dikarenakan oleh *kamma*. Disini *kamma* dihembuskan oleh cahaya *kilesa*, kekotoran batin, kegelapan batin. Sehingga beban ke-5 *khandha* itu dibawa ke dalam dunia sebagai makhluk hidup. Kedua orang tua hanya alat bantu. Jika manusia meniadakan orang tuanya, yang berakar dari *kamma* buruk dan kekotoran batin, maka ia akan membuka jalan menuju ke empat alam-alam bawah.

Ketika seseorang telah berusia cukup ia akan melihat kepada dirinya. Ia harus memberi makan dirinya dua sampai tiga kali sehari. Jika menyukai makanan yang enak, ia harus mengerahkan segala daya upaya untuk memperolehnya. Untuk membersihkan dirinya ia harus mandi dan perlu kamar mandi pribadi. Ia juga membutuhkan pakaian.

Untuk membuat dirinya berfungsi normal ia harus melakukan aktifitas harian seperti duduk, berdiri, menekuk, merentang, berjalan, dan lain-lain. Segala sesuatunya harus dikerjakan sendiri. Ketika merasa panas, ia menyejukkan dirinya. Saat merasa kedinginan, ia menghangatkan badannya. Ia harus berhati-hati menjaga kesehatan dan kehidupannya. Sewaktu berjalan-jalan, ia menjaga dirinya agar tidak tersandung. Saat menempuh perjalanan jauh, ia menjaga dirinya dari mara bahaya. Dari seluruh penjagaan awal ini ada kemungkinan ia menderita sakit dan harus menjalani perawatan medis. Adalah suatu beban yang sangat berat untuk menjaga kesejahteraan *khandha*-nya, kelompok kehidupan dari fenomena batin-jasmani.

Dari sekelompok makhluk hidup, beberapa dari mereka harus bekerja untuk menghidupi dirinya pada usia dua belas atau tiga belas tahun. Untuk keperluan ini mereka harus memiliki pendidikan. Tetapi, sebagian hanya bisa bersekolah sampai sekolah dasar. Sehingga mereka dipekerjakan sebagai pekerja kasar. Bagi golongan yang bisa mendapatkan pendidikan yang baik bisa bekerja sebagai karyawan yang bergaji tinggi. Meski demikian mereka harus bekerja setiap hari tanpa mengenal istirahat.

Bagi mereka yang mempunyai *kamma* lampau yang cukup hidup terasa tanpa beban. Manusia yang terlahir dengan *kamma* baik diberi makan dan pakaian yang bagus sejak masih anak-anak. Juga pendidikan yang berkualitas. Bahkan ketika tumbuh dewasa kedua orang tuanya terus memberikan dukungan baginya. Karena keberuntungannya ini ia tak akan menganggap hidup sebagai beban.

Kemakmuran tak dirasakan bagi seseorang yang memiliki *kamma* lampau yang buruk. Sejak kecil ia telah mengenal kata lapar. Beberapa bahkan tidak punya cukup nasi untuk dimakan. Ia tak mungkin makan makanan dan memiliki pakaian yang disukainya. Sekarang mereka telah tumbuh besar. Mereka hanya mencoba mempertahankan batin dan jasmaninya bersama-sama.

Beberapa dari mereka yang *kamma* baiknya terbatas ini terpaksa bangun pagi-pagi untuk memperoleh beras agar bisa dimasak. Beberapa lagi bahkan tidak memiliki beras sama sekali sehingga harus meminjamnya dari tetangga. Jika kalian ingin mengetahui lebih jauh tentang hidup semacam ini pergilah ke perempatan-perempatan jalan di wilayah permukiman miskin dan puaskan diri kalian dengan mengamatinya. Tapi, Burma adalah suatu tanah yang kaya. Sehingga keadaan disini tidak separah dibanding di negeri dimana beras tidak ditanam.

Di sini padi-padian disimpan untuk disalurkan pada saat dibutuhkan. Untuk waktu yang lama sebagai manusia beradab persoalan begitu sedikit. Tapi, di dunia hewan, mencari dan menemukan makanan adalah persoalan besar. Bagi hewan herbivora (pemakan tumbuh-tumbuhan) tidak terlalu sulit menemukan rumput atau buah-buahan untuk dimakan. Tapi, ada saja tempat dimana air sulit diperoleh sehingga tumbuh-tumbuhan mengering. Dalam keadaan ini hewan-hewan malang itu harus memikul beban yang berat untuk mencari makan.

Bagi hewan karnivora (pemakan daging) gambarannya berbeda lagi. Hewan terkuat akan membuat hewan yang lemah sebagai mangsanya. Di dunia hewan berlaku pepatah, yang kuat memakan yang lemah. Hidup benar-benar suatu penderitaan besar. Hewan yang kuat selalu berpikir untuk memangsa hewan yang lemah. Saat seekor hewan tengah berjuang untuk membunuh hewan lain, dirinya sendiri punya peluang terbunuh.

Ketika hewan ini mati ia akan mati dengan membawa *akusala citta*, suatu pikiran buruk yang terbawa oleh kemarahan. Dalam kasus demikian bentuk pikiran buruk ini akan menjadi pemicu untuk terlahir dalam rupa yang buruk di masa mendatang. Jika ia meninggal dengan membawa bentuk pikiran tidak menyenangkan seperti kemarahan dan kebencian, bagaimana mungkin bentuk-bentuk pikiran ini bisa memicu munculnya makhluk baru yang lebih baik? Malah, ia akan tertarik turun dan terlahir sebagai suatu makhluk yang lebih rendah. Sang Buddha mengatakan, saat suatu makhluk terlahir di alam binatang akan sangat sulit baginya untuk terlahir lagi sebagai manusia. Semua ini memperlihatkan cara mencari makanan untuk memenuhi kebutuhan *khandha*.

Kalian telah melihat bagaimana kehidupan suatu makhluk hidup itu selalu berbeban berat. Meski demikian, ditempat ini pula ada orang-orang baik yang mempraktekkan kehidupan benar. Mereka menggarap tanah pertanian atau berdagang atau melakukan tugas administrasi yang secara umum disebut sebagai jenis usaha yang tidak mengganggu atau menyakiti makhluk hidup lain. Orang-orang semacam ini tidak berhadapan langsung dengan *dukkha* atau penderitaan dalam lingkaran *samsara*. Sehingga beban keberadaannya terlihat tidak terlalu berat untuk dipanggul.

Bagaimana pun seseorang harus khawatir bila bersikap tidak jujur dan berlaku tidak adil. Merupakan kesempatan yang tidak baik bila seseorang memperoleh kekayaan dengan cara yang tidak benar. Karena begitu mementingkan diri sendiri, orang-orang ini tidak merasa menyesal telah mencuri, menipu atau membunuh.

Ada begitu banyak orang desa yang pergi bekerja dan bermandi keringat sepanjang hari untuk memperoleh sedikit uang. Sementara itu seorang koruptor bisa mendapatkan uang dengan mudah dengan cara menipu atau melakukan cara-cara kotor lainnya dalam memperoleh sejumlah besar uang. Orang-orang terakhir ini tidak akan pernah ragu-ragu untuk melakukan penipuan, pencurian, perampokan, pembunuhan atau perbuatan buruk lain dalam mengumpulkan harta benda. Inilah cara hidup seorang kriminal. Namun, cara-cara keji semacam ini tidak gratisan. Suatu saat ia harus membayarnya tidak hanya disini dan dalam

kehidupan ini, tapi juga sampai ke kehidupan mendatang. Perbuatan buruk membawa akibat yang buruk, sebagaimana bisa kalian lihat dalam kisah-kisah para peta dan makhluk-mahluk alam bawah seperti yang telah disaksikan sendiri oleh Maha Moggalana Thera.

Kisah Mahluk Peta (Jin/Mahluk Halus/Setan) berbentuk Kerangka

Suatu kali Maha Moggalana Thera dan Lakkhana Thera tinggal di bukit Gijjhakuta yang terletak di sebelah utara kota Rajagraha. Pada hari berikutnya kedua Thera itu menuruni bukit untuk ber-*pindapatta* di kota. Moggalana Thera, dalam perjalanan menuruni bukit, dengan kekuatan supranaturalnya, melihat mahluk *peta* yang hanya terdiri dari tulang belulang saja. Si mahluk, kerangka itu, menangis dengan keras dan sangat menyayat hati. Sementara dibelakangnya mengejar burung layang-layang, burung gagak dan burung pemakan bangkai mematuki sisa-sisa daging dari mahluk ini.

Lalu muncul suatu penglihatan di dalam diri Moggalana Thera atas semua kekuatan kamma-nya. Beliau melihat bagaimana kekotoran batinnya telah punah sama sekali. Sehingga tak ada kesempatan baginya untuk terlahir seperti mahluk yang dilihatnya barusan. Pengetahuan batin ini membuat Sang Thera diliputi kebahagiaan sehingga beliau tersenyum. Perlu diketahui, seorang arahat yang merasa gembira tidak pernah tertawa keras-keras. Mereka pun jarang tersenyum kecuali untuk alasan yang sangat penting. Lakkhana Thera yang melihat hal ini, bertanya kepada Moggalana Thera, mengapa beliau tersenyum. Beliau menjawab kepada Lakkhana Thera bahwa ia akan menceritakan alasannya nanti di hadapan Sang Buddha.

Setelah berkeliling mengumpulkan dana makanan kedua thera pergi ke vihara dimana Sang Buddha berdiam. Kemudian Lakkhana Thera bertanya lagi kepada Moggalana Thera mengapa beliau tersenyum. Beliau menjawab, “Ketika kami menuruni bukit Gijjhakuta, saya melihat sesosok *peta* berlari di angkasa dikejar oleh burung gagak, burung layang-layang dan burung pemakan bangkai. Burung-burung itu mematuki dan memakan sisa daging dan ‘jeroan’ dari kerangka tersebut. Si *peta* menjerit dan menangis kesakitan. Ketika melihat hal ini saya mengatakan kepada diri sendiri alasan yang membuat mahluk itu terlahir dengan penderitaan semacam itu”.

Mendengar hal ini Sang Buddha memberi penjelasan demikian, “O, para bhikkhu. Muridku Moggalana Thera memiliki mata kebijaksanaan sehingga ia telah melihat mahluk demikian. Dan, biarlah kenyataan ini menunjukkan bahwa mahluk semacam ini memang ada. Aku sendiri telah melihat mereka ketika pertama kali memperoleh pencerahan di bawah pohon Bodhi. Tapi, aku tak pernah mengatakan kepadamu sebelumnya tentang hal ini. Bila aku menceritakan hal ini sebelumnya, maka akan menimbulkan keraguan bagi orang yang tidak percaya. Keragu-raguan itu akan menumbuhkan *akusala kamma*, akibat yang tak bermanfaat, pada diri mereka”.

“Kenyataannya, yang telah dilihat oleh Moggalana Thera, dalam salah satu kehidupannya dulu adalah seorang penjagal hewan. Karena perbuatan buruknya setelah meninggal dunia ia terlahir di neraka dan tinggal di tempat itu ber-*kalpa-kalpa* lamanya. Perbuatan buruk itu tetap bekerja dan menghukumnya. Sehingga dalam kehidupannya saat ini ia terlahir lagi sebagai sesosok *peta* dengan tubuh berbentuk tulang-belulang”.

Sang Buddha menyebut mata kebijaksanaan. Dimana dikatakan, orang-orang awam tak mungkin melihat mahluk-mahluk semacam ini. Mereka hanya bisa terlihat oleh para arahat yang memiliki kekuatan supranatural yang disebut *abhinna*. Pengetahuan moderen belum mampu membuktikan keberadaan mahluk-mahluk ini. Tapi ketiadaan bukti bagi ilmu pengetahuan moderen tidak menuju kesimpulan bahwa mereka tidak ada.

Sebelumnya Sang Buddha menolak menceritakan keberadaan mahluk ini. Biarlah orang yang ragu-ragu dan memiliki pikiran buruk mencatat kenyataan ini. Bentuk-bentuk pikiran tak bermanfaat ini bisa mengakibatkan aksi yang tak bermanfaat. Sehingga, saat Moggalana Thera menceritakan pengalamannya barulah Sang Buddha mendukung cerita nyata dari

muridnya ini. Para pengkritik dan orang yang suka beradu argumentasi muncul dari ketiadaan bukti fisik secara jelas yang secara umum akan menciptakan keragu-raguan. Bentuk pikiran semacam ini adalah *akusala dhamma* dan ini akan membuka jalan bagi pemilik pikiran ini untuk menuju ke kehidupan di alam-alam bawah.

Apa yang ingin saya tegaskan dengan penuh hormat tentang cerita ini adalah si *peta*, dulunya sebagai seorang penjagal binatang, telah membunuh dan memenggal banyak kepala hewan yang memungkinkan baginya untuk memenuhi kebutuhannya. Ia membunuh hewan-hewan itu untuk menyantap dagingnya dan untuk memenuhi kebutuhan ke-5 *khandha*-nya. Tapi, orang ini harus membayar seluruh perbuatannya dengan menderita di alam neraka setelah kematiannya selama tak berbilang tahun. Meski kemudian ia bisa keluar dari alam neraka, akibat dari endapan *kamma* buruknya masih ia terima. Beban ke-5 *khandha* memang berat.

Kisah Peta Daging

Pada kesempatan lain Maha Mogallana Thera bersua dengan *peta* yang seluruh tubuhnya terdiri dari daging saja. Mahkluk ini pun sedang dikejar-kejar oleh tiga jenis burung yakni burung layang-layang, gagak dan pemakan bangkai. Ketiga burung itu mengejar *peta* daging ini dan mematuki tubuhnya. Si *peta* daging berlari sambil menangis kesakitan karena tubuhnya terus-menerus dipatuki oleh burung-burung tersebut.

Pada kesempatan itu sekali lagi Lakhana Thera, teman seperjalanan Maha Mogallana Thera, bertanya mengapa beliau tersenyum. Kemudian Mogallana Thera menjelaskan sebabnya ketika kedua Thera telah berada di hadapan Sang Buddha.

Sekali lagi Sang Buddha menjelaskan sebab-musabab mahkluk ini menjadi *peta* daging. Ini akibat *kamma* buruknya dalam salah satu kehidupannya di masa lalu. Dulunya si *peta* daging dalam salah satu kehidupannya adalah seorang penjagal hewan juga yang tinggal di kota Rajagraha. Akibat perbuatan buruknya ini setelah meninggal dunia ia terlahir di alam neraka selama jutaan tahun. Setelah keluar dari alam neraka ia terlahir lagi sebagai *peta* berbentuk gumpalan daging yang tengah dikejar oleh burung layang-layang, burung gagak dan burung pemakan bangkai. Kehidupannya sebagai *peta* akan berakhir setelah *kamma* buruknya saat menjagal hewan berakhir.

Di sini perlu dijelaskan mengapa kedua *peta* itu memiliki penampilan fisik yang berbeda. Yang satu berpenampilan seperti tulang belulang sementara lainnya berbentuk gumpalan daging. Padahal perbuatan buruk yang mereka lakukan sama. Mengapa “takdir” keduanya menjadi berbeda?

Penjelasannya demikian: Ketika kematian menjelang, muncul kesadaran kematian, *cuti*. Itu adalah suatu tanda atau simbol yang berhubungan dengan perbuatan buruk atau baik yang telah dilakukannya dalam satu kehidupan ini. Ini dinamakan *kammanimitta*. *Kammanimitta* hadir di dalam pikiran saat suatu mahkluk berada di ambang kematian. Dalam bahasa awam fenomena ini bisa diterangkan sebagai suatu pertanda yang terlihat saat seseorang tengah menghadapi sakaratul maut.

Lambang kematian yang terlihat oleh penjagal hewan pertama tidak sama dengan yang dilihat oleh penjagal kedua. Tak diragukan lagi perbuatan buruk keduanya sama. Tapi, *nimitta* yang mereka saksikan berbeda. Saat sakaratul maut penjagal pertama melihat *nimitta* berupa tulang belulang. Sebagaimana pekerjaannya selama ini yakni memisahkan tulang-tulang dari daging sehingga terikat dengan bentuk tulang ini. Dimana tumpukan tulang telah terlihat sebagai *kammanimitta* saat menjelang ajal. Sehingga ketika terlahir sebagai *peta*, ia lahir dengan bentuk tulang belaka.

Dalam kasus kedua, pekerjaannya sebagai penjagal dulu dikonsentrasikan untuk mengumpulkan semua daging tanpa tulang. Dan saat ajalnya ia melihat tumpukan daging

sebagai pertanda di ranjang kematian. Sehingga saat terlahir kembali sebagai *peta*, ia berwujud tumpukan daging.

Kisah berbagai jenis Peta

Pada kesempatan yang berbeda Maha Mogallana Thera melihat berbagai jenis *peta* yang berbeda-beda. Ada *peta* yang berbentuk daging cincang. Sang Buddha mengatakan, ini disebabkan pada salah satu kehidupannya yang lampau, makhluk itu terlahir sebagai burung elang pemburu.

Ada lagi *peta* yang tanpa kulit dan selalu berdarah. Makhluk ini dulunya adalah seorang penjagal sapi dan kambing. Juga ada sosok *peta* yang dipenuhi rambut lebat. Dimana rambutnya setajam pisau belati yang selalu terbang ke arah tubuhnya dan menghantam punggung belakangnya.

Tampaknya jalan *kamma* begitu aneh. Burung gagak, burung pemakan bangkai atau burung layang-layang yang mengejar para *peta* timbul akibat buah *kamma* buruk. Bisa diduga pisau-pisau belati dan burung-burung itu hanya momok atau setan yang muncul dari persetujuannya sendiri untuk menghukum pelaku kejahatan.

Maha Mogallana Thera juga melihat sosok *peta* dengan rambut seperti lembing yang memukuli tubuhnya sendiri. Rambut-rambut yang seperti lembing itu mula-mula terbang ke udara dan jatuh dengan keras ke tubuh *peta* bersangkutan. Ini dikarenakan dalam salah satu kehidupannya di masa lampau ia adalah seorang pemburu.

Ada juga *peta* yang terlahir dengan rambut seperti panah yang tumbuh di atas tubuhnya. Ini merupakan akibat kehidupannya dimasa lampau yang selalu menghukum seseorang dengan menghujamkan panah ke tubuh para pesakitan tersebut.

Selain itu Maha Mogallana Thera juga bertemu dengan Kumbhanda *Peta*. *Peta* ini seperti tanaman air yang tumbuh dengan ukuran tertentu pada pot tanaman. *Kamma* buruk ini tumbuh karena dalam salah satu kehidupannya dulu ia adalah hakim yang sangat licik dan suka menerima uang sogokan.

Sang Thera juga bertemu dengan *peta* perempuan yang dalam kehidupannya terdahulu memiliki perilaku seks yang salah. Tubuh *peta*-nya tanpa kulit. Sementara di tempat yang sama ini pula Sang Thera bertemu dengan *peta* berwajah buruk. Hal ini merupakan akibat dalam salah satu kehidupannya ia adalah seorang *nat-kadaw* atau seseorang yang memiliki pandangan salah. Dan, ia selalu menyebarkan pandangan salahnya itu kepada orang lain.

Juga ada *peta* berwujud bhikkhu laki-laki dan perempuan. Perbuatan buruk yang mereka lakukan di masa lalu adalah mereka tidak menjalankan tugas-tugas kebhikkuannya dengan baik. Akibatnya mereka terlahir sebagai *peta* dimana jubah bhikkhu dan vihara mereka selalu terbakar.

Makhluk-makhluk itu terperangkap atau terlahir lagi di alam *peta* karena dalam salah satu kehidupannya dahulu mereka melakukan perbuatan buruk untuk memuaskan ke-5 *khandha*-nya, yakni memuaskan batin dan jasmaninya. Jelaslah bahwa beban *khandha* itu begitu berat. Sebenarnya masih ada banyak lagi cerita-cerita *peta* lainnya. Tapi, saya hanya akan mengulas lebih dalam tentang *peta-peta* perempuan yang dalam salah satu kehidupannya telah bertindak buruk.

Peta Perempuan

Pada masa Sang Buddha hidup ada empat perempuan pedagang yang tinggal di kota Rajagraha. Keempat perempuan ini sehari-harinya berjualan kebutuhan pokok bagi penduduk seperti beras, mentega, madu, gula, dan lain-lain. Mereka adalah pedagang yang

tidak jujur. Caranya adalah dengan mengakali berat timbangan sehingga mereka selalu menimbang kurang dari berat sebenarnya.

Setelah meninggal dunia empat perempuan ini terlahir kembali sebagai *peta*. Ke-4 *peta* tinggal di sebuah parit di pinggiran kota. Sementara itu para suami mereka yang masih hidup telah menikah lagi dan menikmati hasil kekayaan tidak jujur yang dikumpulkan oleh istri-istri mereka.

Pada suatu malam ke-4 *peta* perempuan ini berkumpul. Mereka sepakat untuk memperlihatkan kehadirannya kepada orang-orang yang mereka kenal di masa lalu. Mereka memanggil-manggil dengan menjerit-jerit. Jeritan mereka terdengar oleh para penduduk. Penduduk merasa jengkel dan takut mendengar suara-suara yang begitu berisik. Untuk menghilangkan gangguan itu para penduduk sepakat pergi ke vihara dan berdana kepada Sang Buddha serta para muridNya. Di Vihara mereka menceritakan sebab kedatangan dan ketakutan mereka.

“O para umat biasa yang berbakti. Tak ada bahaya apapun yang akan menimpa kalian akibat suara-suara yang menakutkan itu. Suara-suara itu berasal dari tangisan empat *peta* perempuan. Mereka merasa sedih karena dalam kehidupannya dimasa lalu telah melakukan perbuatan buruk. Mereka meratap dengan sangat sedih karena dalam kehidupannya sebagai manusia dulu telah mengumpulkan kekayaan dengan cara yang tidak jujur. Hal ini mereka lakukan hanya untuk melayani kebutuhan *khandha*-nya. Ketika meninggal dunia mereka terjatuh ke alam bawah yang disebabkan perilaku mereka yang salah dalam menjalani hidup. Karenanya, sungguh berat beban tubuh ini.”

Memikul Beban yang Berat

Tubuh, *khandha* ini, adalah suatu beban yang berat. Melayaninya berarti membawa beban yang berat. Ketika memberinya makan dan pakaian, kalian sedang membawa beban yang berat. Ini juga berarti kalian adalah pelayan dari *rupa khandha*, kelompok kehidupan (kumpulan) materi.

Memberi makan dan pakaian pada tubuh, kalau diperhatikan seolah-olah menyenangkan, baik secara jasmani maupun batin. Ini berarti melayani *vedana khandha*, kelompok kehidupan perasaan. Sekali lagi kalian harus memperhatikan proses melihat dan suara-suara menyenangkan yang dialami oleh tubuh. Ini berarti peduli akan kesadaran. Disinilah kalian melayani *vinana khandha*, kelompok kehidupan kesadaran.

Disini terlihat adanya tiga beban *khandha* dengan jelas. *Rupa Khandha* berkata, “Beri makan saya. Berikan kepada saya apa yang ingin saya makan. Sebab kalau tidak saya akan membuat diri saya lemah atau sakit. Atau yang terburuk saya akan membuat diri saya mati”.

Maka kalian harus menyenangkannya. Tak lama kemudian *vedana khandha* juga berkata, “Beri saya sensasi-sensasi yang menyenangkan. Jika tidak saya akan membuat diri saya sakit atau menyesal. Atau yang terburuk, saya akan membuat diri saya mati”.

Lalu, muncul perasaan melekat setelah memberi sensasi-sensasi yang dibutuhkan perasaan. Tak lama *vinana khandha* juga menuntut, “Beri saya pemandangan yang bagus. Beri saya suara-suara yang bagus. Saya ingin obyek-obyek yang menyenangkan. Temukan mereka untuk saya. Jika tidak, saya akan membuat diri saya merasa tidak bahagia dan ketakutan. Atau, saya akan membuat diri saya mati”.

Maka kalian membuat penawaran-penawaran. Itu setelah ketiga *khandha* tersebut secara terus-menerus mengancam. Kalian tidak mampu menolak permintaan itu dan ini merupakan beban yang teramat berat.

Sankhara khandha, kelompok kehidupan aktifitas kemauan juga merupakan beban yang lain lagi. Hidup menawarkan kalian untuk menikmati kebutuhan sehari-hari dengan penuh gairah.

Dan demi kenikmatan ini kalian harus aktif, bekerja sepanjang waktu. Lingkaran aktifitas ini semakin berkembang oleh dorongan nafsu keinginan.

Aktifitas ini mengancam dan menyodorkan tawaran pada kalian setiap hari. Maksudnya, jika aktifitas ini tak dilakukan, maka kalian akan menemui kesulitan dan bahkan kematian. Jika hasrat ini tak terpenuhi, mereka akan melakukan tindakan jahat. Sungguh berat beban *sankhara* yang harus dipanggul. Ini dikarenakan kalian tak mampu membawa beban tersebut, dikarenakan moral yang rendah dan mengakibatkan *dosa* serta menimbulkan rasa malu dalam diri kalian. Perbuatan jahat dilakukan karena ketidakmampuan membawa beban *sankhara khandha* dengan baik.

Ketika para penjahat meninggal dunia mereka akan terlahir lagi di alam-alam bawah, di alam *peta* atau di alam binatang. Meski kemudian terlahir lagi di alam manusia, perbuatan buruknya masih mengikuti dan menghukum mereka. Mereka akan berumur pendek serta diserang penyakit sepanjang waktu. Mereka akan terlahir miskin dan kelaparan atau terlahir tanpa teman. Kemungkinan hidup mereka dalam bahaya atau di lingkungan yang selalu penuh masalah.

Kelompok kehidupan persepsi, *sannakkhandha*, juga merupakan beban yang berat. Karena dengan persepsi ini kalian memiliki kemampuan seperti ingatan yang dapat digunakan untuk meraih pengetahuan dan kebijaksanaan yang dapat membedakan baik dan buruk serta mengenyahkan keburukan dari pikiran. Hal-hal tak bermanfaat dipicu oleh obyek-obyek indra yang tak menyenangkan. Jika pikiran untuk menikmati obyek yang menyenangkan tak terpenuhi, maka akan timbul kejahatan semata. Penyesalan dan kecemasan timbul karena ketidakmampuan memanggul beban *sankhara khandha* ini.

Atas alasan inilah Sang Buddha memabarkan kelima *upadanakkhandha*, lima kelompok kemelekatan sebagai sekumpulan beban yang sangat berat.

Kalian membawa beban *khandha* ini tidak untuk satu menit, satu jam, satu hari, satu bulan, satu tahun, satu waktu, satu kehidupan, atau satu *kalpa*. Beban ini dipanggul mulai dari awal lingkaran *samsara*, lingkaran kelahiran. Dan waktu pemanggulan ini tanpa batas. Tak ada awal. Juga tak ada cara untuk mengetahui kapan hal ini akan berakhir. Hanya dengan melenyapkan semua *kilesa*, kekotoran batin, kondisi ini dapat diakhiri. Ini adalah tahap kalian mencapai tingkat *arahat*. Meski demikian para *arahat* ini pun harus menanggung beban *khandha*-nya sebelum mereka memasuki *nibbana*.

Ada para *arahat* yang merenung demikian, “Berapa lama lagi kami membawa beban lima *khandha* yang mendatangkan penderitaan ini ?”

“*Kiva ciram nukho ayam dukkha baro vahitabbo*”

Meski telah *arahat* ia harus menanggung beban *khandha*-nya sebagai konsekuensi terlahir sebagai makhluk hidup. Misalnya untuk memberi makan jasmani, mereka harus berkeliling kampung atau desa untuk mengumpulkan dana makanan. Harus mandi untuk menjaga tubuhnya tetap bersih. “Buang air” untuk menjaga keseimbangan metabolismenya. Mereka juga harus menjaga kesehatan setiap hari dengan memperhatikan empat posisi tubuh: *iriyapatha*, yakni berjalan, duduk, berdiri dan berbaring. Mereka tidur dengan teratur untuk memulihkan tenaga.

Kenikmatan Duniawi membuat Beban nampak Ringan

Para *putthujana*, manusia pada umumnya, sering tergoda oleh *tanha* atau kemelekatan sehingga mereka menganggap lima kelompok kehidupan (berupa fenomena batin dan jasmani itu) bukanlah beban. Menurut mereka beban *khandha* itu begitu ringan. Sehingga saat dikatakan bahwa beban *khandha* tersebut berat, mereka akan mengatakan bahwa kami sedang menyebarkan kebohongan. Menurut mereka, beban *khandha* ini memberikan kenikmatan hidup.

Dalam benak orang-orang ini, ada begitu banyak pemandangan indah untuk dilihat, suara-suara merdu untuk didengar, makanan lezat untuk dicicipi, aroma harum untuk dinikmati, sentuhan-sentuhan menyenangkan untuk dirasakan, juga ada hal-hal baik untuk diketahui. Di bawah pengaruh *tanha* hidup sesungguhnya bukan sesuatu yang perlu dicela. Seseorang merasa bebannya sangat ringan karena ada obyek-obyek indrawi yang sangat menyenangkan dan siap untuk dinikmati.

Sebagai gambaran, ada seorang pria yang sangat mencintai istrinya. Meski para tetangga melihat kesalahan yang diperbuat si istri, sang suami sama sekali tak melihat kesalahan tersebut. Sejauh yang ia ketahui si istri selalu bersikap manis terhadapnya. Di mata si suami, tingkah laku sang istri tak ada cela. Sehingga ia tak percaya dengan kata-kata orang mengenai kesalahan yang diperbuat oleh istrinya. Melalui cara yang sama seseorang yang memiliki kecintaan terhadap *khandha*-nya, tak akan bisa menerima teguran bahwa *khandha* itu merupakan suatu beban.

Meletakkan Beban yang Berat

Saat seseorang menjadi tua, tak lagi mampu bergerak sesuai dengan keinginannya, tak mampu mengonsumsi makanan sebanyak yang diinginkan, tak bisa tidur sebanyak yang dibutuhkan, dan tak bisa menikmati hasrat-hasrat sebanyak yang diharapkan, ia akan percaya beban *khandha*-nya benar-benar berat.

Ketika jatuh sakit keyakinannya menjadi bertambah. Terlebih saat ia dan teman-temannya bertemu dengan masalah yang berat, barulah disadari bahwa beban *khandha* yang berat itu benar-benar nyata.

Seorang *arahat* telah memadamkan hasrat atau kemelekatannya. Sehingga tak dibutuhkan lagi berbagai cara untuk merenungkan adanya beban. Pengetahuannya tentang hal ini datang secara alami.

Sekali lagi akan saya ulas kisah pria yang sangat mencintai istrinya di atas. Awalnya ia berpikir bahwa istrinya adalah orang yang sempurna dan terbebas dari perbuatan tercela. Tapi pada suatu hari ia menemukan istrinya bersikap tidak setia, sehingga sikapnya berubah menjadi bertentangan dengan sang istri.

Saat sang suami menyadari hal sebenarnya, maka tak lagi diperlukan orang lain untuk mengingatkan dirinya tentang bahaya atau persoalan yang akan dihadapinya. Melalui cara yang sama seorang *arahat* tak membutuhkan nasehat atau peringatan tentang beratnya beban *khandha* yang dipanggulnya. Mereka hanya merenungkan, berapa lama beban *khandha* tersebut harus dipanggul.

Saat kalian melihat seorang buruh memanggul sebuah beban, beban itu pasti sangat berat. Tapi ini dilakukannya hanya sesaat. Saat menyadari beban itu akan mencederai punggungnya, maka ia akan segera meletakkan beban itu. Pada saat itu ia terbebas dari beban yang berat tersebut. Ini berbeda dengan beban *khandha* yang harus dipanggul sepanjang kehidupan, bahkan sepanjang lingkaran *samsara*. Beban tersebut hanya akan terlepas saat kalian meraih ke-*arahat*-an. Ini akan terjadi setelah kalian melenyapkan semua *kilesa*. Setelah memasuki *nibbana* barulah kalian terbebas dari beban tersebut. Dan beban terberat ini adalah lima *upadanakkhandha*.

Siapakah Si Pembawa Beban ?

“O bhikkhu, siapakah si pemanggul beban? Individu lah yang membawa beban. Nama individu itu bisa Tissa, Datta atau yang lainnya. Ia bisa berasal dari garis keturunan Kanhayana atau Vacchayana...”

“*Katamo ca bhikkhave baraharo?
Puggalotissa vacaniyam vayam ayasma*”

*Evam namo gattho ayam vuccati
Bhikkhave baraharo”*

Artinya, si pemanggul beban adalah seorang *puggala*, individu, yang namanya bisa saja Tissa atau Datta. Ia bisa berasal dari garis keturunan keluarga Kanhayana atau Vacchayana. Bagi kami orang-orang di Burma, ia bisa berasal dari keluarga Maung Phyu atau Ma Phyu, atau Maung Sein atau Ma sein. Itu adalah nama keluarga seperti Maha Kassapa, Kaccayana atau Kondanna. Dalam masyarakat Burma jarang ditemui nama keluarga.

Pada kata-kata yang diucapkan Sang Buddha di atas terdapat kata *ayasma*. Kata ini bisa berarti para bhikkhu. Tapi yang beliau maksudkan adalah semua makhluk hidup, termasuk umat biasa, juga para *peta*, semua makhluk yang sedang membawa beban *khandha*. Secara umum artinya, semua individu sedang membawa beban *khandha*.

Sebagaimana telah dibabarkan lima *khandha* merupakan beban yang berat dan individu adalah buruh pengangkut beban tersebut. Lalu pertanyaan lain muncul, apakah individu itu manusia atau *atta*? Kesimpulan itu seperti yang telah Sang Buddha babarkan sebagai *puggala*, *satta*, *atta* atau diri. Individu adalah satu dan *khandha* merupakan hal lain. Kesimpulan semacam ini hanya menampakkan sifat kemelekatan mereka terhadap diri.

Ajaran Sang Buddha tentang non-*atta*, ketiadaan diri, sejelas siang hari. Jika Filsafat ajaran Sang Buddha mengajarkan tentang satu *atta*, maka ajarannya tidak ada bedanya dengan ajaran yang ada sebelum beliau muncul. Bila demikian alasannya tak ada gunanya kemunculan Buddha dhamma.

Diluar ajaran Buddha dhamma ada kepercayaan kelima *khandha* adalah termasuk ke dalam *atta*. Ada lagi kepercayaan lain, yang menyatakan bahwa lima *khandha* bukan *atta*. Tapi *atta* ada sebagai suatu entitas materi yang terpisah entah di mana.

Buddha Dhamma menyangkal adanya *atta*. Namun, Sang Buddha menggunakan istilah umum dengan memakai kata *puggala* atau *satta*. Juga ada saat-saat dimana beliau secara bahasa menggunakan kata *atta* (diri) dan *paro* (yang lain) untuk membedakan satu dengan yang lain. Ada contoh dalam kalimat ini, “*atta hi paro natho*”, artinya saya adalah penyelamat diri sendiri, tak ada yang lain yang bisa menyelamatkan diriku. *Atta* disini bukan dimaksudkan sebagai konsep filosofis tentang ‘diri’. Tapi secara kebahasaan merujuk pada “saya” yang adalah individu.

Ada juga contoh lain penggunaan *atta* sebagai kata sifat perseorangan dalam menyebut sesuatu seperti “*attanam esa pathanam patirupe nivesaye*”, artinya biarkan pertama-tama ia menyeimbangkan diri pada apa yang benar. Juga ada penggunaan lain seperti kata-kata “*atta sarana – diriku sendiri yang berlindung*” dan “*ananna sarana – tak ada yang lain selain dirinya sendiri yang berlindung*”. Dimana *atta* dan *anna* digunakan sebagai kata sifat.

Sang Buddha menyatakan, perbuatan individu terdiri dari empat jenis: seseorang yang berbuat untuk keuntungan pribadi dan bukan untuk pihak lain, seseorang yang berbuat baik untuk keuntungan pribadi maupun pihak lain, orang yang berbuat bukan untuk keuntungan pribadi maupun pihak lain serta orang yang berbuat bukan untuk keuntungan pribadinya tapi bagi keuntungan pihak lain.

Kata *attahita* dan *parahita* digunakan oleh Sang Buddha untuk menjelaskan hal di atas. *Atta* merujuk tidak secara filosofis kepada ‘diri’ tapi kata ganti pada suatu makhluk.

Perbedaan konsep muncul mengikuti artinya secara ketata-bahasa, dan juga oleh cara pandang yang salah. Hal ini dijelaskan dalam *Kattha Vatthu* dan *Anurudha Sutta* pada *Khandha Vagga Samyutta* dalam terjemahan kata-kata pali berikut ini:

“Anurudha! Apa yang engkau pikirkan? Apakah *rupa* adalah suatu makhluk?”

“*Rupa* bukan suatu makhluk, Yang Mulia”.

“Apakah *vedana* adalah seseorang?... Apakah *sanna* adalah suatu makhluk?...

Apakah *vinnana* adalah suatu makhluk?”

“Tidak Yang Mulia, mereka semua bukan suatu makhluk”.

Percakapan di atas menunjukkan bahwa tak ada sesuatu pun yang kalian sebut sebagai individu atau makhluk dalam hubungannya dengan ke-5 *khandha*-nya atau tidak. Didalam *sutta*, Sang Buddha mengatakan bahwa ajaranNya berhubungan dengan *dukkha*, penderitaan, dan kebebasan atas *dukkha* tersebut, yang disebabkan oleh kemelekatan atas lima *khandha*. Diterangkan, beliau tidak mengajarkan *puggala*, *satta* atau *atta* yang kekal.

Jawaban Vajira atas Pertanyaan Mara

Mara bertanya, “Siapa yang menciptakan makhluk hidup? Dimana Sang pencipta itu berada? Dimana si pencipta muncul? Dan, dimana ia lenyap?”

Untuk pertanyaan ini Vajira Theri, seorang *arahat* perempuan memberi jawaban demikian, “Apakah yang engkau maksudkan sebagai suatu makhluk itu, Mara? Yang kau maksudkan itu merupakan pandangan salah, bukan? Apakah menurut pendapat umum suatu makhluk itu? Melainkan sekumpulan *khandha* yang berubah-ubah dan disebut *sankhara*. Kamu tak akan menemukan makhluk dalam *sankhara*”.

Saya akan memberi sebuah contoh. Jika roda, tuas dan bagian lain sebuah kereta telah dipasang, maka ia dikenal dengan sebutan kereta. Dengan cara yang sama, kelima komponen yakni *rupa*, *vedana*, *sanna*, *sankhara* dan *vinnana* berkumpul bersama, maka kumpulan ini disebut makhluk.

Sesungguhnya tak ada makhluk selain penderitaan yang menjelma sebagai makhluk, mempertahankan keberadaannya sebagai makhluk untuk kemudian lenyap. Tak ada yang lain selain penderitaan, yang muncul untuk kemudian lenyap.

Ketika kalian menggunakan ungkapan ‘seseorang’ sebagai suatu ‘makhluk’, ‘seseorang’ yang dimaksud di sini tidak merujuk ke suatu individu. Apa yang dimaksud ‘seseorang’ itu bukanlah suatu ‘individu’ melainkan beban penderitaan yang terdiri dari lima *khandha*. Dengan cara yang sama sesuatu yang ‘lewat’ itu merupakan penderitaan yang terdapat dalam *khandha*.

Dalam Bhara Sutta tertulis, kuli yang mengangkut beban adalah suatu individu. Pernyataan ‘individu’ di sini merupakan istilah dalam kehidupan umum. Sebenarnya, ‘individu’ yang dimaksud adalah kumpulan lima *khandha*. Tapi, pernyataan itu tidak dimaksudkan untuk menyatakan bahwa ada individu dalam lima *khandha* tersebut.

Puggala hanyalah suatu Penamaan

Ketika suatu obyek tertentu diketahui, kemudian obyek itu diberi nama *pannatta*. Sementara *puggala* digunakan untuk kebutuhan pengistilahan saja. Jadi *puggala* merupakan istilah. Guna membuat benda-benda bisa dipahami kalian harus memberinya istilah *panatta*. Jika kalian menggunakan kalimat demikian, “*khandha* dilahirkan oleh *khandha*”, pernyataan demikian terlampau abstrak dan sebagai orang awam kalian tak akan mengerti maksud dari pernyataan tersebut.

Pannatta & Paramatta

Terdapat dua cara pengajaran dalam Buddha dhamma. Keduanya dinamakan *paramatta desana* dan *pannatta desana*. Yang pertama berhubungan dengan abstraksi pengetahuan.

Sementara cara terakhir merujuk pada pengetahuan umum atau konvensional yang muncul dari obyek-obyek yang diketahui melalui penamaannya. Saat kalian mendiskusikan *anicca* (ketidakekalan), *dukkha* (penderitaan), *anatta* (ketiadaan diri), *dhatu* (sifat dasar suatu zat), *sacca* (kebenaran), *satipatthana* (kesadaran yang kokoh), dan *ayatana* (perasaan yang utuh), kalian berhubungan dengan bahasa pengetahuan abstrak. Tetapi bila kalian membicarakan laki-laki, perempuan, dewa-dewa, brahmin, dan lain-lain, ini merupakan subyek sehari-hari dimana suatu makhluk dikenali melalui penamaannya.

Ada sejumlah orang yang dapat melihat cahaya dhamma dengan petunjuk *pannatta* sebaik orang-orang yang memperoleh pencerahan melalui petunjuk *paramatta*. Misalnya, seorang profesor yang mengetahui banyak bahasa akan mengajar dengan bahasa Inggris bagi muridnya yang mengetahui bahasa Inggris, bahasa Hindi bagi para muridnya yang berada di India, dan lain sebagainya. Demikian pula Sang Buddha lebih banyak membabarkan dhamma dengan cara kedua seperti yang telah saya jelaskan sebelumnya.

Ada delapan alasan mengapa Sang Buddha memberi penamaan dalam penggunaan umum dan mengajarkan cara *pannatta*, yakni:

1. Guna menjelaskan tentang *hiri*, rasa malu dan *ottapa*, perasaan takut, jika melakukan perbuatan jahat.
2. Untuk menunjukkan bahwa suatu individu hanya memiliki harta berupa *kamma*.
3. Untuk menjelaskan perbuatan individu-individu.
4. Untuk menjelaskan secara alami jenis-jenis *kamma* buruk yang tak dapat dipertukarkan dan bekerja secara terus-menerus.
5. Mendorong praktek *brahma vihara*.
6. Untuk mengungkapkan kewajaran *pubbenivasana nana*, suatu kemampuan supranatural dalam mengingat kehidupan pada masa lampau, baik dirinya sendiri maupun makhluk lain.
7. Untuk menjelaskan *dakhinavisuddhi*, kemurnian hasil usaha, dan
8. Selaras bagi kehidupan saat ini.

Maksud dari 8 alasan di atas adalah :

1. Bila dikatakan *khandha-khandha* malu atau takut, maka kalian tidak akan mengerti maksudnya. Tapi, kalau dikatakan ada seorang gadis yang malu atau ketakutan, setiap orang akan mengerti apa yang dimaksud dengan pernyataan ini. Karenanya bila Sang Buddha ingin menegaskan perlunya menumbuhkan perasaan malu berbuat jahat dan takut akibat perbuatan jahat tersebut, beliau menggunakan istilah-istilah umum.
2. Saat dijelaskan bahwa *khandha* hanya memiliki satu-satunya harta yakni *kamma*-nya sendiri, maka arti dari pernyataan ini bisa beragam. Akan berbeda bila dikatakan individu-individu yang melakukan perbuatan baik atau buruk akan menerima akibat tumbuhnya *kamma* baik atau buruk hasil dari perbuatannya itu. Maka pernyataan ini lebih bisa dipahami. Inilah yang dimaksud dengan *kamma* merupakan satu-satunya harta yang dimiliki. Istilah *kamma* individu lebih gampang untuk dimengerti. Sehingga maksud dari pernyataan ini pun lebih gampang untuk dipahami. Karenanya Sang Buddha menggunakan istilah-istilah yang mudah dimengerti saat menguraikan tentang *kamma*.
3. Saat dikatakan bahwa *khandha* tengah membangun rumah-rumah dan vihara-vihara, maka pernyataan ini sulit untuk dimengerti. Namun jika dikatakan Anathapindika tengah membangun Vihara Jetavana, maka penyebutan nama ini akan lebih mudah untuk dimengerti. Oleh sebab itu digunakanlah penamaan individual.
4. Bila diceritakan ada *khandha* yang membunuh orang tuanya, tak seorang pun mengerti maksud dari pernyataan ini. Tapi setiap orang akan mengerti kalau kalian katakan ada anak laki-laki yang membunuh orang tuanya atau pangeran Ajatasattu membunuh ayahnya sendiri, yaitu raja Bimbisara. Pada suatu saat *kamma* buruk yang telah dilakukan, dengan membunuh ayah atau ibu, akan berbuah ketika mereka meninggal. Dan bekerjanya *kamma* paling buruk yang dikenal dengan istilah

anantariya ini tidak dapat digantikan. *Kamma* tersebut bekerja secara terus-menerus. Untuk memabarkan jenis *kamma* semacam ini Sang Buddha menggunakan bahasa sehari-hari yang lebih mudah dimengerti.

Raja Ajatasattu terperangkap oleh *anantariya kamma* karena membunuh ayahnya. Maka, meski memiliki kesempatan mendengarkan pembabaran dhamma dari Sang Buddha, ia gagal memperoleh pencerahan. Perbuatan Raja Ajatasattu membunuh ayahnya menjadi kendala baginya untuk memperoleh “jalan – *magga*”. Dalam kasus ini Raja Ajatasattu digolongkan sebagai *maggantaraya*, artinya orang yang berbahaya bagi “jalan”. Setelah kematiannya, ia terlahir di alam neraka Lohakumbhi. Diceritakan ia kehilangan kesempatan tumibal lahir di alam-alam dewa karena *kamma* buruknya. Disebabkan perbuatannya yang sangat buruk ini Raja Ajatasattu juga digolongkan sebagai *saggantaraya*, maksudnya makhluk yang berbahaya bagi para dewa.

5. Apabila dikatakan ada *khandha* yang mengirimkan permohonan- permohonan baik kepada *khandha* lain. Seperti pengharapan semoga *khandha* lain berumur panjang dan berbahagia. Maka pernyataan semacam ini akan sulit dimengerti. Akan lebih mudah dipahami jika dikatakan bahwa para bhikkhu atau umat biasa berharap para bhikkhu atau umat biasa lain berbahagia dan terbebas dari segala penderitaan.

Sang Buddha memabarkan praktek *Brahmacariya*, yakni mengembangkan *metta*, *karuna*, *mudita* dan *upekkha* dengan menggunakan metode *pannatta desana*. Bagi seseorang yang tidak memahami sepenuhnya cara pengajaran Sang Buddha dalam mengajarkan dhamma, menganggap hanya cara *paramatta desana* yang terbaik. Karenanya mereka mengirimkan permohonan-permohonan baik seperti di atas tidak kepada individu tapi kepada *khandha-khandha*.

Perlu diketahui dalam praktek *Brahmacariya*, selalu dipakai istilah umum, seperti semua makhluk atau *sabba satta*, dan juga istilah yang spesifik atau khusus seperti semua laki-laki atau *sabba purisa*, semua perempuan atau *sabba itthiya*, dan lain-lain.

Saat mengirim *metta* dan jenis-jenis pikiran baik kepada pihak lain kalian harus secara langsung mengarahkan pikiran atau perhatian kepada individu secara keseluruhan dan bukan kepada pikiran atau jasmaninya. Sebab pikiran dan badan jasmani menunjuk kepada sesuatu yang bersifat abstrak, tak ubahnya batu atau kerikil. Jika demikian, cinta, keyakinan dan penghormatan semacam apa yang dikirimkan seseorang kepada benda mati? Lebih jauh, dalam mempraktekkan *Brahmavihara*, kalian harus mengenali individu yang menjadi obyek dari buah pikiran baik kalian.

6. Jika kami mengatakan ada *khandha* yang bisa mengingat masa lalu, tak ada orang yang mengerti maksudnya. Tapi, bila dikatakan Sang Buddha mengingat hal ini atau para *arahat* mengingat hal itu, maka artinya akan jelas. Oleh karenanya bila Sang Buddha ingin menjelaskan tentang mengingat hal-hal di masa lalu, beliau menggunakan kemampuan *pubbenivasana nana*, sebagaimana hal itu disebut, dalam hal ini Sang Buddha menggunakan *pannata desana*.
7. Jika dikatakan, kami melakukan pemberian dana kepada *khandha*, ini merupakan kalimat yang membingungkan. Coba baca kalimat ini, “ada satu *khandha* yang memberikan jubah kepada *khandha* yang lain”. Bagaimana caranya *khandha-khandha* itu memberi? Dan bagaimana caranya *khandha-khandha* yang lain menerima pemberian? Kumpulan materi mana yang bisa melakukan perbuatan baik, berdana ini? Juga kelompok materi yang mana lagi yang tidak suka melakukan perbuatan baik? Kumpulan yang satu bermanfaat dan kumpulan yang lain adalah tidak bermanfaat? Jika seseorang membaca abstraksi kalimat semacam itu akan muncul perasaan bingung. Sang Buddha lebih memilih menjelaskan hal di atas dengan mengatakan si pemberi dan penerima sebagai Individu. Dengan demikian kebingungan dapat dihindari.

8. Alasan kedelapan, mengapa Sang Buddha mengajar dengan menggunakan metode *pannatta desana*. Siapa yang memiliki kesadaran lebih tinggi dari Sang Buddha dalam memahami keberadaan semua makhluk, yang sesungguhnya hanya merupakan fenomena batin dan jasmani, muncul dan lenyap serta selalu berubah ? Sang Buddha selalu membahas masalah ini pada saat yang tepat. Tapi, beliau tidak pernah menolak untuk menggunakan istilah-istilah awam seperti ibu, bapak, anak laki-laki, anak perempuan, laki-laki, perempuan, dewa, bhikkhu, dan lain-lain. Istilah-istilah ini dipakai Sang Buddha dalam pembabaran dhamma. Sang Buddha mengajar dengan bahasa sehari-hari yang berlaku pada saat itu.

Dana-dana yang Murni

Saat ini saya akan membabarkan tentang *dakkhina-visuddhi*, hadiah atau pemberian yang murni. Terdapat empat jenis pemberian:

1. Ketika seseorang yang mempraktekkan *sila*, moralitas, berdana kepada seseorang yang tidak mempraktekkan *sila*, si pemberi memperoleh manfaat. Pemberian itu murni.
2. Dana yang dipersembahkan oleh seseorang yang tidak mempraktekkan *sila* kepada pihak yang mempraktekkan *sila*. Pemberian itu tetap murni dari sudut pandang si penerima. Si pemberi memperoleh manfaat yang sama pula. Dan, buah *kamma* baik yang diperoleh jauh lebih besar.
3. Bila di antara keduanya, baik pemberi dan penerima, tidak memiliki moral yang baik, pemberian jenis ini tidak murni. Juga, tindakan memberi itu tidak berfaedah. Meski si pemberi kemudian melimpahkan jasa baiknya kepada makhluk lain, misalnya kepada para *peta*, pihak terakhir ini tidak bisa menerima pemberian itu sehingga ia tak akan terbebas dari alam *peta*.
4. Bila keduanya, baik pemberi maupun penerima dana memiliki *sila* yang baik, maka *kamma* baik yang timbul dari pemberian semacam ini akan memberi manfaat jasa tertinggi. Disinilah penjelasan ulang tentang jenis-jenis pemberian baik yang dilakukan oleh individu awam maupun anggota Sangha.

Jenis-jenis Pemberian pada Perseorangan

Ada empat belas jenis pemberian berdasarkan 14 jenis individu dimana pemberian itu dilakukan, yaitu kepada:

1. Buddha
2. Pacceka Buddha
3. Arahata
4. Seseorang yang sedang menuju ke jalan kearahatan
5. Anagami
6. Seseorang yang akan memasuki tingkat anagami
7. Sakadagami
8. Seseorang yang akan memasuki tingkat Sakadagami
9. Sotapanna
10. Seseorang yang akan memasuki tingkat Sotapanna (Pada tahapan ini semua cakupan buddhisme dihargai dan diperjuangkan. Termasuk didalamnya mereka yang mengambil perlindungan kepada Buddha, Dhamma dan Sangha yakni orang-orang yang ingin memasuki jalan kesucian. Inilah yang dikatakan dalam kitab komentar.)
11. Seseorang yang memiliki *Abhinna*, kemampuan supranatural. Meski ia berada di luar lingkungan Buddha Sasana, ajaran Sang Buddha.
12. Orang yang mempraktekkan *sila*, moralitas.
13. Orang yang tidak memiliki *sila*, moralitas.
14. Binatang.

Jumlah jasa yang diperoleh dari pemberian kepada individu:

- i. Pemberian kepada binatang, *kamma* baiknya 10.
- ii. Pemberian kepada orang-orang yang tidak mempraktekkan *sila*, membuahkan *kamma* baiknya 1000.
- iii. Pemberian kepada individu yang mempraktekkan *sila* (moralitas) meski ia bukan pengikut Buddha, akan membuahkan *kamma* baik 1000 sepanjang seribu kali kelahiran
- iv. Pemberian kepada seseorang yang memiliki *abhinna* meski orang tersebut berada di luar Buddha Sasana dapat membuahkan *kamma* baik sebanyak berjuta-juta lingkaran kehidupan.
- v. Pemberian yang diberikan kepada seseorang yang berpotensi meraih tingkat *sotapanna*, akan memperoleh *kamma* baik sebanyak tak berhingga lingkaran kehidupan.

Jenis pemberian ini digolongkan menurut status penerimanya. Juga, jasa atau buah *kamma* baiknya berbeda-beda menurut tingkatan moral penerimanya. Sebagai contoh, pemberian kepada individu yang mempraktekkan *pancasila* (lima sila) bisa mendatangkan banyak *kamma* baik dibanding pemberian kepada orang-orang yang hanya berlindung kepada *Tiratana* (perlindungan kepada Buddha, Dhamma dan Sangha).

Urutan penerima pemberian di bawah ini dibuat berdasar urutan *kamma* baik yang ditimbulkan, mulai dari yang terkecil:

- berdana kepada umat Buddha yang mempraktekkan *sila*
- berdana kepada orang yang melaksanakan delapan *sila*.
- berdana kepada orang yang melaksanakan sepuluh *sila*.
- berdana kepada orang yang mempraktekkan *samatha*.
- berdana kepada orang yang mempraktekkan *vipassana*.
- berdana kepada bhikkhu yang mempraktekkan *sila*.
- berdana kepada bhikkhu yang mempraktekkan *samatha* dan *vipassana* dengan penuh kewaspadaan dan awas setiap saat.
- berdana kepada orang-orang yang berhasil meraih pengetahuan batin dalam *vipassana* menurut tingkat-tingkat pengetahuan batin yang dicapainya.
- berdana kepada orang-orang yang berhasil meraih tingkat *sotapatti*, dan seterusnya.

Secara teori, jasa tertinggi bisa diperoleh jika seseorang memberi persembahan kepada *yogi* yang telah memasuki tingkat kesucian. Tapi, rentang waktu inspirasi tingkat kesucian muncul dan lenyap sangat singkat. Karenanya merupakan hal yang amat sulit untuk berdana pada saat tersebut agar dana itu bisa membuahkan jasa tertinggi. Meski demikian, adalah sesuatu yang mungkin untuk memperoleh keberuntungan tertinggi diluar pemberian kepada seorang *kalyana putthujana*, orang biasa yang memiliki kebajikan tertentu, yang telah memperoleh tingkat pengetahuan keseimbangan batin setelah melengkapi ke-9 tingkat-tingkat pengertian dalam latihan meditasi pandangan terang, yang dinamakan *sankhara upekkha nana*.

Lebih jauh, jasa yang diperoleh dari pemberian kepada seorang *sotapatti*, *sakadagami*, *anagami* dan *arahat* sangat sulit untuk digambarkan. Jasa-jasa ini hanya berakhir dalam hitungan *asankheyya* lingkaran kehidupan (bila ditulis dengan angka satu ditambah 14 nol tahun).

Pemberian kepada Sangha

Pemberian kepada seorang Buddha dan para bhikkhu anggota Sangha dinamakan *Sanghika dana*. Dalam hal ini terdapat tujuh macam *Sanghika dana*:

- i. Pemberian berupa makanan dan kebutuhan lain menurut aturan dan disiplin dari umat kepada Sang Buddha dan para muridnya (kumpulan para bhikkhu dan bhikkhuni) akan mendatangkan buah jasa tertinggi.
- ii. Berikutnya adalah jenis pemberian yang diberikan kepada Sangha, kumpulan para bhikkhu dan bhikkhuni setelah Sang Buddha *parinibbana*. Sangha disini berarti semua

bhikkhu dan bhikkhuni yang datang ke tempat pemberian baik yang diundang maupun tidak.

- iii. Kemudian pemberian yang diberikan kepada kelompok bhikkhu saja. Pada saat itu adalah umum bagi seorang pendana untuk mengundang semua bhikkhu pria yang tinggal di suatu vihara untuk menerima persembahan dana.
- iv. Pemberian yang diberikan kepada kelompok bhikkhuni. Pemberian jenis ini tak mungkin lagi dilakukan karena Sangha bhikkhuni sudah tak ada lagi.
- v. Selanjutnya adalah pemberian dari umat yang memberikan undangan bhikkhu dan bhikkhuni tertentu yang dihormati oleh Sangha. Jenis pemberian semacam ini saat ini sudah tidak mungkin dilakukan karena salah satu komponen, para bhikkhuni, sudah tak ada lagi.
- vi. Selain itu ada pemberian yang berupa undangan kepada beberapa bhikkhu saja. Saat ini prakteknya demikian, si calon pendana memberitahu kepada kepala vihara yang akan mengutus beberapa bhikkhu untuk mengunjungi rumah si pengundang. Sehingga si pendana dapat secara langsung memberikan penghormatan kepada Sangha melalui anggota Sangha yang hadir ke rumahnya pada saat itu. Pada jenis dana semacam ini si pemberi tak memiliki tujuan perseorangan kepada bhikkhu atau bhikkhuni tertentu tapi undangan ditujukan kepada seluruh anggota Sangha. Ketua Sangha akan mengirim bhikkhu atau bhikkhuni berdasarkan senioritasnya atau sejumlah bhikkhu yang diundang tersebut. Diantara kelompok ini mungkin ada anggota Sangha yang tak ingin dirujuk oleh si pengundang. Meski demikian, si pendana harus meneruskan undangannya kepada mereka semua sebagai perwakilan dari Sangha.

Saat seseorang mempersembahkan bunga dan lilin kepada Buddha rupang, si patung hanya melayani kebutuhan seseorang yang menunjukan perhatiannya kepada Sang Buddha. Sebenarnya pikiran seseorang bukan kepada patung itu tapi kepada Sang Buddha. Patung hanyalah suatu obyek yang meneruskan pikiran seseorang kepada Sang Buddha. Dengan cara yang sama para bhikkhu yang mengunjungi rumah seorang pemberi dana hanya bersifat perwakilan. Dan, mereka menggambarkan pikirannya sebagai pengikut Sang Buddha bagi si pemberi dana. Para bhikkhu yang hadir pada saat itu hanya dimaksudkan agar ia menjadi sadar bahwa seseorang telah memberikan dana kepada Sangha sebagai pengikut Buddha. Itulah mengapa berdana kepada Sangha memiliki buah tertinggi.

Jenis pemberian semacam ini hanya dapat dilakukan kepada bhikkhu-bhikkhu yang dekat secara fisik, sebagaimana telah diatur dalam *vinaya*. Ketika seorang donatur mempersembahkan makanan kepada bhikkhu yang sedang ber-*pindapatta* dengan mengatakan kalimat, "*Sanghassa dhemi* – aku memberikan ini kepada Sangha". Maka dana ini dinamakan *Sanghika dana*, karena pemberian itu dimaksudkan untuk Sangha. Tapi, jika bhikkhu bersangkutan menerima dana dengan mengucapkan kalimat, "*mayham papunati* – itu datang melalui tanganku", maka makanan itu menjadi miliknya. Ia pun dapat menggunakan untuk dirinya sendiri.

Namun, terdapat suatu pengucapan dengan rasa hormat untuk tindakan istimewa berikut. Apabila kalian mempersembahkan sesuatu untuk Buddha *rupang*, persembahan itu untuk Sang Buddha yang pernah hidup di masa lalu. Cahaya dari perbuatan bermanfaat itu terpancar ke sekeliling. Tetapi, cahaya lilin yang didanakan kepada rupang (patung) itu hanya bisa bertahan selama lilinnya masih ada.

Kembali ke pokok pembahasan sebelumnya. Jika bhikkhu yang dimaksud di atas membawa seluruh makanan yang diperolehnya selama *pindapatta* ke vihara, maka semua bhikkhu yang tinggal di vihara tersebut bisa mendapat bagian dari makanan itu, sebagaimana tersurat dalam *vinaya* bahwa persembahan itu berarti *Sanghika*. Dalam kasus ini akan baik akibatnya bagi si penerima maupun si pendana. Yang perlu diketahui, merupakan hal penting mengetahui cara berdana yang tepat.

- vii. Hadiah yang diberikan oleh si pendana dengan mengundang beberapa bhikkhuni tertentu. Biasanya ketua Sangha bhikkhuni yang akan mengatur siapa-siapa yang perlu datang. Jenis pemberian semacam ini sekarang tak mungkin dilakukan lagi karena sangha bhikkhuni sudah lenyap.

Dalam berdana kepada Sangha, Sang Buddha mengatakan demikian, “O Ananda, tidak akan pernah saya katakan bahwa berdana kepada perseorangan adalah lebih menguntungkan bagi si pendana dibanding berdana kepada Sangha”.

Tertulis pada kitab komentar bahwa berdana kepada bhikkhu biasa yang mewakili sekelompok bhikkhu (Sangha) secara langsung seperti yang disebutkan dalam *vinaya* (aturan kebhikhuhan), akan membuahkan lebih banyak jasa baik dibanding berdana kepada satu orang suci, *arahat* misalnya. Ini mengajarkan bahwa dana yang dipersembahkan kepada Sangha merupakan yang tertinggi.

Sang Buddha memabarkan kemurnian dan kesucian dana kepada Sangha seperti yang beliau ajarkan dalam *pannatta desana*, merujuk kepada yang menerima dana dalam nama perseorangan.

Sejauh ini telah dijelaskan mengenai empat macam pemberian murni, empat belas macam pemberian kepada perseorangan dan tujuh macam pemberian kepada Sangha. Merujuk kepada macam-macam pemberian tersebut, pengajaran dengan metode *paramatta desana* tidak digunakan. Oleh karena itu *khandha-khandha* atau *ayatana-ayatana* tidak disebutkan. Penamaan hanya kepada individu-individu. Inilah catatan penting untuk pemberi maupun penerima dana.

Mencampur-adukkan Praktek Vipassana dengan Pemberian Dana

Merupakan suatu tindakan yang tidak benar mencampur-adukkan praktek *vipassana* dengan berdana. Beberapa orang berpikir demikian, merupakan hal yang sangat baik apabila saat berdana kalian juga mempraktekkan meditasi *vipassana*. Jadi selama perbuatan itu berlangsung, ia melakukan perenungan demikian:

“Saya hanyalah sekumpulan *khandha*, yang terdiri dari batin dan jasmani, berdana kepada individu, yang terbentuk dari obyek-obyek materi, dan juga sekumpulan *khandha*, menjadi subyek dari hukum ketidakkekalan dan ketidakpuasan”.

Perlu ditegaskan disini perenungan semacam ini tidak berasal dari ajaran Sang Buddha. Perenungan semacam ini tidak pantas untuk dilakukan. Perbuatan memberi, berdana, dilakukan untuk memperoleh jasa dari hasil perbuatan tersebut. Dana ini dilakukan bukan untuk mempraktekkan meditasi pandangan terang. Apabila pikiran seseorang mengalami kekacauan selama bermeditasi, tak ada gunanya ia berdana. Yang harus dilakukan adalah beristirahat di suatu tempat yang sunyi dan melanjutkan praktek *vipassana* saat kekuatan konsentrasinya menguat. Cara ini akan memberinya keuntungan dan pada akhirnya tercapai *vipassana kusala*, kebajikan yang muncul sebagai akibat dari berlatih *vipassana*.

Hasil yang dicapai dari berlatih *vipassana* ini sangat berbeda dengan *kamma* baik yang ditimbulkan dari pikiran baik saat berdana yang berlangsung hanya selama satu atau dua menit saja. Yang penting dalam berdana adalah membentuk kecenderungan seseorang untuk mengumpulkan *dana kusala*, *kamma* baik yang tumbuh sebagai akibat berdana, dengan mengajarkan cara berdana secara tulus. Karenanya saya berusaha secara terus-menerus mengingatkan kepada para pendana agar selalu bergembira dengan perbuatan baik mereka.

Kamma baik yang tumbuh dari berdana akan berlipat ganda apabila si pemberi dana merenungkan betapa tinggi kualitas moral, perilaku dari penerima dana dan manfaat yang bisa dipetik dari perbuatan baik tersebut. Jenis perenungan semacam ini mendatangkan lebih banyak kegembiraan karena si pemberi akan menikmati akibat yang terkumpul dari

pemberian yang telah dilakukannya. Bila ia merenung hanya kepada *khandha* si penerima dana dan merenungkan mereka apa adanya, ia tak akan bisa membedakan antara yang bermoral dan tidak bermoral atau kesucian dan sesuatu yang tercela. Karena kualitas semacam ini tidak terdapat pada *khandha-khandha* yang bersifat abstrak tersebut. Sekali lagi, jika ia merenungkan *khandha* si penerima dan merenungkan *khandha-khandha* itu sebagaimana adanya, apa yang telah didanakan menjadi tak berharga seperti kerikil-kerikil dan batu-batu. Dalam kasus ini apa yang dapat membuatnya bersuka-cita? Tanpa kesukacitaan *dana kusala*-nya menjadi sia-sia.

Ada beda pendapat, sebagaimana telah terjadi, bahwa praktek meditasi pandangan terang lebih berharga dibanding berdana. Akan lebih baik memasukkan praktek meditasi *vipassana* sebagai bagian dari berdana. Demikianlah beberapa komentar yang terdengar.

Saat semua kekhawatiran yang berhubungan dengan berdana lenyap, maka terdapat cukup waktu untuk berkonsentrasi dalam meditasi. Pada kenyataannya, praktek dana yang dilakukan tidak dimaksudkan untuk berlatih meditasi pandangan terang, tapi lebih kepada tujuan menuai jasa dari perbuatan berdana itu. Kalau demikian, akan lebih baik jika si pendana melakukan perenungan terhadap dana yang dilakukannya sehingga ia dapat bergembira dan mengakibatkan peningkatan pada *kamma* baik dari dana tersebut.

Oleh karena itulah saat Sang Buddha ingin mengajarkan kepada para pengikutnya tentang kemurnian sebuah dana, beliau menggunakan metode *pannatta desana*, pemberian nama kepada individu.

Bahasa Konvensional/Kesepakatan

Puggala pannatti adalah bahasa konvensional. Saat dikatakan bahwa seseorang adalah suatu individu, suatu makhluk, seorang perempuan atau seorang laki-laki, kalian menjadi realistis. Gambaran itu dapat diterima oleh semua manusia. Pembeneran pendapat oleh kesepakatan umum ini disebut *samuti sacca*. Dengan kata lain hal itu merupakan kebenaran yang diterima bahasa atas kesepakatan umat manusia, sehingga tidak akan timbul kesalahfahaman arti. Dan Sang Buddha dalam Bhara Sutta tidak berkeberatan dengan konvensi tersebut. Oleh karenanya beliau menyebut kata kuli sebagai individu.

Maka dapat ditarik suatu kesimpulan, bahwa beban yang berat itu adalah lima *khandha* yang dikenal dengan sebutan “saya” atau “milikku”. Dan, orang yang membawanya adalah individu atau perseorangan yang terbentuk dari *khandha*.

Tapi, perlu dicatat bahwa kelima *khandha* tak bisa dipahami sebagai suatu hal yang terpisah dari individu. Hal ini telah dijelaskan panjang lebar sebelumnya. Beberapa orang barangkali tidak setuju dengan penjelasan bahwa lima *khandha* adalah sekaligus si kuli dan bebannya. Dalam kasus ini mohon dimengerti bahwa beban tersebut merupakan *khandha* yang mengharapkan kebahagiaan dan kesejahteraan serta si kuli sebagai lima *khandha* yang pada kenyataannya berjuang keras mewujudkan kebahagiaan dan kesejahteraannya.

Sekarang, baik beban maupun si kuli atau si pembawa beban telah diketahui. Satu-satunya hal yang perlu diingat adalah bagaimana untuk membuang beban itu. Ini akan menjadi subyek dari pembahasan berikutnya. Sekarang waktunya sudah habis, saya harus menutup diskusi ini.

Semoga mereka yang telah memiliki perhatian penuh pada penjelasan yang bersumber dari Bhara Sutta bisa membangun suatu rasa menjijikkan (muak) kepada kelima *khandha* yang telah membuat kalian sebagai suatu beban yang berat, untuk bisa mencatat fenomena dari lima kumpulan yang muncul dan lenyap melalui enam pintu indra. Dan, lebih jauh dengan pencatatan semacam ini atau praktek *vipassana* bisa meraih *nibbana*, dimana beban itu bisa disingkirkan.

Bagian Kedua

Tulisan ini adalah bagian kedua dari penjelasan saya. Dimana sebelumnya telah saya uraikan tentang *upadanakkhandha* sebagai beban dan individu sebagai kuli yang membawa beban. Dengan kata lain batin dan jasmani merupakan beban dan setiap orang adalah kulinya. Kalian setiap hari melayani diri ini yang terdiri dari batin dan jasmani dengan cara membersihkan, memakaikan baju, memberi makan, hiburan-hiburan, menjaga kesehatannya, dan lain-lain. Kalian secara tetap memberi perhatian kepada kesejahteraanannya. Saat ini, saya harap, kalian bisa percaya betapa beratnya beban itu.

Memanggul Beban

Saat ini, mengapa orang-orang yang membawa beban mengetahui hal itu sebagai sesuatu yang sangat berat? Siapa yang menganjurkan mereka untuk membawanya? Dengan suatu pertimbangan yang serius sudah cukup untuk memperlihatkan kepada kalian bahwa tak ada seorang pun yang menyarankan untuk membawa beban tersebut. Diri sendirilah yang memanggul beban atas kemauan pribadi. Bagi orang-orang yang percaya dengan adanya 'sang pencipta', akan mengatakan bahwa tuhan telah membuatnya membawa beban itu. Jika demikian, si miskin, si penyakitan, si buta, si tuli dan orang-orang yang tertindas akan memiliki cukup alasan untuk mempertanyakan keadaan ini kepada penciptanya.

Menurut ajaran Sang Buddha tak ada seorang pun yang bisa menjatuhkan beban kepada kalian. Kalian sendirilah yang dengan suka rela menerima beban itu. Sang Buddha berkata, "O bhikkhu, apa yang membuat kalian membawa beban? *Tanha*-lah yang membuat kalian memanggul beban tersebut."

"Katamanca bhikkhave baradanam ?

Yayam tanha ...idam vuccati bhikkhave baradanam".

Tanha selalu Haus akan Obyek-obyek Indra

Tanha selalu berhasrat terhadap obyek-obyek. Hasrat tersebut dapat digambarkan seperti rasa lapar dan haus. Ia (*tanha*) merindukan kesenangan dan obyek-obyek yang menarik. *Tanha* memiliki sifat tak pernah merasa puas. Ia selalu haus dengan obyek-obyek ini.

Setelah melihat obyek-obyek yang menyenangkan *tanha* masih terus ingin melihat obyek yang menyenangkan lainnya. *Tanha* haus untuk mendengarkan suara-suara musik yang merdu, menikmati aroma yang harum. *Tanha* pun suka mencicipi rasa yang lezat. Ia suka menikmati sentuhan yang menyenangkan. Memikirkan atau mengkhayalkan hal-hal yang indah dan menyenangkan. Namun ia tak pernah terpuaskan dengan obyek-obyek yang tampak atau yang pernah dinikmatinya. *Tanha* selalu lapar dan ingin menikmati semua hal.

Ketika pikiran memikirkan suatu obyek yang menyenangkan, muncul keinginan untuk memilikinya. Hasrat atau keinginan ini berarti menerima beban dari ke-5 *khandha* yang dinamakan tubuh. Kemelekatan kepada obyek-obyek indra adalah *upadana* yang bergerak untuk memuaskan nafsu keinginan tersebut. Hal ini akan memunculkan *kusala* dan *akusala kamma*, perbuatan baik dan buruk.

Lebih jauh, saat seseorang ada di ambang ajal perbuatan ini terlihat sebagai *kamma nimitta*, tanda yang berhubungan dengan perbuatan baik dan buruk yang telah dilakukannya di masa lalu. Keadaan ini terpusat pada *kamma gati*, "takdir" yang dituntun oleh perbuatan-perbuatan tersebut. Sebagai individu, kalian melekat dengan tanda-tanda itu. Dan tanda yang baru muncul setelah kematian diakibatkan oleh kemelekatan tersebut.

Telah diketahui bahwa semua indra; penglihatan, pendengaran, pengecap, pembau, peraba dan pikiran memainkan bagiannya masing-masing dalam proses menciptakan nafsu-nafsu atau kemelekatan. Nafsu-nafsu yang berkembang ini diterima sebagai beban oleh tubuh. Didorong oleh nafsu keinginan, kemelekatan dipicu. Ini kami gambarkan sebagai *upadana*

kamma yang menyumbang munculnya *khandha-khandha* yang baru. Perlu diketahui bahwa pengharapan menciptakan suatu keberadaan baru atau *bhava* setelah kematian.

Tanha terserap ke dalam obyek-obyek indra dimana mereka (obyek-obyek) datang melalui kontak tanpa kecuali seperti bahan kimia pencelup terserap cepat ke dalam suatu bahan yang dicelup. Ia (*tanha*) melekatkan dirinya kepada obyek-obyek itu, tanpa peduli apakah kemelekatan tersebut sesuai atau tidak. Ia menikmati segala sesuatu yang bisa dilihat, didengar, dibau, dicicipi, disentuh, atau dipikirkan.

Dan seperti yang telah dijelaskan dalam naskah-naskah bahwa hal ini dapat dikatakan sebagai menikmati kesenangan atas obyek-obyek. *Tanha* tak pernah bosan dengan kesenangan. Dari sudut pandang seorang laki-laki yang memiliki kedudukan tinggi, seorang bawahan tidak memiliki kualitas hidup seperti yang dimiliki atasannya. Mereka memandang kehidupan seperti itu sebagai sesuatu yang membosankan atau merasa jijik. Tapi saat berada dalam derajat kehidupan yang rendah (seperti hidup yang dialami para bawahan tersebut), mereka akan menikmati kehidupan baru itu.

Cara pandang ini dapat dijelaskan sebagai berikut. Seseorang berpikir bahwa tubuh cacung atau ular begitu menjijikkan. Karenanya merupakan hal yang sangat mengerikan terlahir dari kandungan seekor induk cacung atau ular. Namun, sebagaimana *kamma* bekerja, bila suatu individu terlahir sebagai seekor cacung atau ular, ia menemukan kehidupan di kerajaan hewan tersebut sangatlah menyenangkan.

Itulah pekerjaan *tanha* yang bisa menemukan semua kenikmatan dan kesenangan di tempat ia berada. Karenanya Sang Buddha menjelaskan *tanha* sebagai suatu watak yang mementingkan diri dan bersuka-ria terhadap obyek-obyek indra dimana pun obyek-obyek itu berada. Kisah Campeyya, si raja naga dan kisah Ratu Upari di bawah ini dapat menjadi contohnya.

Kisah Campeyya Si Raja Naga

Suatu kali *bodhisatta* terlahir sebagai orang miskin yang tinggal di tepi sungai Campa. Pada waktu itu raja-raja dari Anga dan Magadha mengadakan pesta untuk menghormati Campeyya, raja naga, yang tinggal di dasar sungai Campa. Maka semua penduduk keluar rumah untuk memeriahkan pesta itu.

Raja naga adalah raja dari para ular. Ia bisa terlihat di antara manusia karena ia menyamar sebagai manusia bersama-sama dengan para pengikutnya yakni para ular yang juga menyamar sebagai manusia.

Laki-laki miskin, si *bodhisatta*, melihat raja ular dan pengikutnya yang berpenampilan mewah. Si laki-laki miskin ini terpesona dengan penampilan raja ular itu. Lalu ia mulai berdana dan berharap bisa terlahir sebagai seekor naga dalam kehidupan selanjutnya. Pada akhirnya, *bodhisatta* meninggal dan terlahir sebagai naga.

Saat melihat dirinya dalam bentuk naga, ia merasa jijik. Lalu ia berkata kepada dirinya sendiri, "Dana yang telah aku lakukan ketika aku sebagai manusia dulu seharusnya menghasilkan akibat baik dan membuatku terlahir di alam dewa...di *catumaharajika*, *tavatimsa*, *yama*, *tussita*, *nimmanarati* dan *paranimmitavasatti*; enam alam dewa. Tapi hal ini tidak terjadi, karena aku terlahir sebagai seekor naga. Ada yang salah denganku. Lebih baik aku mati daripada terus hidup sebagai seekor ular." Ia pun berpikir untuk bunuh diri.

Pada waktu itu seekor naga betina bernama Sumana ada di sisinya. Naga betina ini memberi isyarat kepada para naga betina lainnya untuk menghibur raja naga yang baru, yang juga dikenal dengan nama Campeyya. Semua ular yang berpenampilan layaknya manusia, tampak begitu indah, melayaninya dengan musik dan tari-tarian. Dan Campeyya yang baru, melihat kenyataan tersebut berpikir bahwa dunianya saat ini adalah sebaik seperti raja dewa.

Ia mulai bersuka cita dengan kehidupan barunya, menjadi pusat perhatian seluruh naga betina yang saat itu tengah menghiburnya.

Untuk beberapa waktu ia lupa, bahwa sebelumnya ia benci dengan kehidupannya sebagai ular. Tapi, sebagai *bodhisatta*, ia dibawa kesadarannya untuk memahami situasi yang dialaminya. Maka ia memikirkan cara untuk lari dari kehidupannya saat ini dan terlahir sebagai manusia lagi. Akhirnya ia mengetahui bahwa satu-satunya cara adalah mempraktekkan kesempurnaan dengan mengumpulkan perbuatan baik seperti berdana dan menjalankan *sila*. Hal ini dapat ia lakukan dengan mengunjungi alam manusia dan menyamar sebagai manusia.

Cerita ini memberi kalian pelajaran bahwa *tanha* terlibat dalam banyak situasi di mana saja. Dalam cara pandang sebagai manusia, dapat disimpulkan bahwa *bodhisatta* merasa bahwa kehidupan seekor ular sungguh menjijikkan. Tapi, saat ia dihibur oleh naga-naga betina, ia terlihat menikmati kehidupan barunya. Inilah bekerjanya *tanha* yang mendorongnya untuk menerima beban berat dari *khandha* barunya sebagai seekor ular.

Kisah Ratu Upari

Pada masa yang lama sekali, ada seorang raja bernama Assaka. Ia memerintah di kota Pataliputta, di negeri Kasi. Permaisurinya bernama Upari. Sudah menjadi kebiasaan bagi para raja memilih gadis paling cantik di wilayah kekuasaannya untuk dijadikan permaisuri. Karenanya tak ada satupun orang yang tak mengakui bahwa si ratu sangat cantik. Raja memujanya. Namun sayangnya permaisuri Upari meninggal pada usia sangat muda.

Pemahaman yang berlaku saat itu kematian permaisuri digambarkan sebagai, “pergi ke alam surga”. Tapi, kenyataannya permaisuri tidak pergi ke tempat indah tersebut. Ia terlahir lagi sebagai seekor kumbang.

Raja sangat berduka. Ia memerintahkan tubuh permaisurinya dibalsem dengan sejenis minyak. Mayat itu diletakkan di suatu peti mati bertutup kaca yang disimpan di bawah tempat tidur raja. Raja menolak makan dan minum. Ia selalu menangis sepanjang hari. Para menteri mengingatkannya akan hukum kematian dan ketidakkekalan. Tapi, raja terus berduka sepanjang tujuh hari tujuh malam memandangi tubuh kaku kekasih hatinya.

Pada waktu itu *bodhisatta* terlahir sebagai seorang *yogi*. *Yogi* ini memiliki kemampuan supra natural yang disebut *abhinna*. Suatu hari beliau mengamati dunia dengan mata dhamma. Dilihatnya raja Assaka yang tengah berduka. Dan, *yogi* ini mengetahui tak ada satu pun orang yang bisa menyelamatkan raja keluar dari kesedihan ini kecuali dirinya.

Lalu *yogi* sakti ini mengunjungi taman kerajaan. Di sana beliau bertemu dengan seorang brahmana dan bertanya tentang Sang Raja. Si brahmana tersebut menceritakan kesedihan sang raja. Setelah mendengar cerita itu beliau mengatakan, bahwa dirinya dapat menunjukkan pada raja mengenai keberadaan permaisuri tersebut. Mendengar ini, si brahmana segera ke istana dan berkata pada raja dan gurunya,

“Tuan, di taman kerajaan telah datang seorang *yogi* hebat yang memiliki kekuatan mata dewa. Ia akan mengatakan kepada paduka tentang keberadaan permaisuri Upari. Temuilah ia paduka.”

Seketika itu Raja merasa bahagia. Ia bersiap menuju ke taman istana memakai kereta. Setibanya di sana ia memberi hormat kepada *yogi* sakti ini. Kemudian ia berkata, “Apakah benar bahwa engkau bisa menunjukkan dimana permaisuriku sekarang?”

“Ya,” jawab *yogi* ini, sambil melanjutkan, “Permaisurimu ketika terlahir sebagai manusia sangat membanggakan kecantikannya. Ia menghabiskan seluruh hari-harinya dengan berusaha mengembangkan kecantikannya. Sampai ia lupa melakukan hal-hal baik seperti

berdana atau berpuasa. Sehingga, ketika ia meninggal dunia, ia turun derajat dan terlahir sebagai seekor kumbang. Sekarang ia tinggal di bagian selatan dari taman ini.”

Kesombongan bisa muncul karena kekayaan, pendidikan, status dalam hidup, hubungan kekeluargaan maupun kecantikan. Saat seseorang diliputi kesombongan, ia lupa mengembangkan ketulusan hati, rasa hormat kepada orang lain dan mengumpulkan kebajikan. Berkenaan dengan hal ini, dalam *Cula Khamma Vibhanga Sutta*, Sang Buddha mengajarkan demikian, kesombongan merendahkan derajat orang yang memilikinya. Jika ia memiliki kerendahan hati, ia bisa memperoleh kualitas hidup yang lebih baik dalam kehidupan selanjutnya. Dalam kasus permaisuri Upari bisa diduga dalam kedudukannya yang tinggi, ia bersikap tidak hormat kepada orang yang patut dihormati. Karena kelakuan buruknyalah ia terlahir sebagai seekor kumbang betina yang rendah.

Saat raja Assaka mendengar hal ini, ia tak dapat mempercayainya. Maka untuk membuktikan kebenaran dari apa yang telah dikatakannya, *yogi* sakti itu memanggil si kumbang betina itu untuk menampakkan dirinya di hadapan raja.

Kemudian datanglah sepasang kumbang, yang satu jantan dan satunya lagi betina, keluar dari dekat gundukan tanah. Si *yogi* melihat kedua kumbang itu dan menunjukkannya kepada raja. “O raja, lihatlah kepada kumbang betina itu yang selalu terbang di belakang pasangannya. Dialah bekas permaisurimu. Ia telah mencampakkanmu sekarang karena sedang tergila-gila dengan suaminya saat ini. Lihat kepadanya lebih dekat. Kumbang betina itu terus menguntit suaminya kemana pun si suami pergi.”

Raja sulit mempercayai kenyataan ini. Barang siapa yang tidak mempercayai hukum sebab dan akibat tak akan mampu menerima kenyataan bahwa seorang permaisuri manusia telah “turun” begitu rendahnya sehingga terlahir sebagai seekor kumbang dalam kehidupan berikutnya.

Bahkan sampai saat ini dalam lingkup Buddha Sasana ada sebagian orang yang percaya, sekali terlahir sebagai manusia, kalian tak akan bertumimbal lahir ke wilayah-wilayah yang lebih rendah dari manusia. Juga diluar lingkup Buddha Sasana, ada banyak orang yang memiliki pandangan demikian. Ini adalah jenis pandangan salah yang mengingkari fakta.

Menurut apa yang diajarkan Sang Buddha, bila seseorang belum meraih tingkat-tingkat kesucian, ia bisa terlahir kembali menuju empat alam-alam tingkat rendah. Meski ia raja para dewa sekalipun.

Alam mana yang akan dituju setelah kematian tergantung bagaimana orang tersebut menjadi waspada saat kematian menjelang. Jika pikirannya tertuju pada hal-hal baik (*kusala dhamma*), ia dapat bertumimbal lahir sebagai manusia atau dewa, walaupun hanya dewa tingkat rendah. Dan, cerita semacam ini benar-benar terjadi.

Ada cerita tentang Ashin Tissa (biasa dipanggil Tissa Thera). Menjelang ajal, pikirannya melekat pada jubah sutra yang sedang dikenakan. Akibatnya saat meninggal ia terlahir sebagai kutu dan tinggal di jubah sutra tersebut.

Cerita lainnya tentang seekor katak yang terlahir lagi di alam surga *tavatimsa* sebagai dewa. Karena menjelang kematiannya, ia sedang mendengarkan dhamma dari Sang Buddha. Tapi, kembali ke kisah Raja Assaka, Raja ini tak pernah mendengar cerita-cerita semacam itu sehingga sulit mempercayai kata-kata *yogi* tersebut.

Selanjutnya, si *yogi* membuat kesepakatan dimana si kumbang betina akan berbicara tentang dirinya. Dengan kekuatan supra naturalnya *yogi* sakti ini melakukan percakapan dengan si kumbang. Dan percakapan tersebut bisa dimengerti oleh raja dan orang-orang yang hadir.

“Saya bertanya kepadamu kumbang betina. Siapa kamu pada kehidupan sebelumnya?” demikian si *yogi* bertanya.

“Dahulu saya adalah Upari, permaisuri Raja Assaka.” Sahut si kumbang betina tersebut.

“Kamu mencintai Assaka atau suamimu yang sekarang, Kumbang?”

“Saat masih menjadi manusia, saya merasa berbahagia dengan suami saya yang dulu, Sang Raja. Dimana saya pernah menikmati berbagai kesenangan hidup di taman ini. Tapi, saya sekarang terlahir di dunia kumbang. Sehingga sudah tak ada hubungan lagi antara saya dengan Raja Assaka.”

Menurut kitab komentar (*Visudhi Magga*) si kumbang betina itu melanjutkan kata-katanya demikian; “Dalam kehidupan saya yang sekarang ini, saya akan dengan senang hati mengambil darah raja Assaka dan membasuh kaki suamiku dengan darah itu.”

Tidakkah kalimat ini terdengar sangat kejam untuk diucapkan si mantan permaisuri ini? Dalam hal ini ia berusaha untuk menyenangkan suaminya yang sekarang, si kumbang jantan.

Dalam hidup sehari-hari ada banyak cerita semacam ini. Ketika rumah tangga berantakan dan si istri bercerai dari suaminya yang pertama, selanjutnya ia menikah dengan pria lain. Dalam kasus semacam ini si istri akan mencintai suaminya yang sekarang. Ia tak lagi perduli dengan mantan suaminya.

Pada kitab komentar diceritakan percakapan si kumbang betina dan si *yogi* selanjutnya;

“Saya mencintai Assaka saat saya masih menjadi permaisurinya. Saya mengunjungi wilayah selatan taman ini dan menikmati kenyamanan serta kemewahan hidup sebagai permaisuri yang dicintai oleh suaminya. Tapi, kebahagiaan hidup saya sebagai kumbang kini jauh melebihi kehidupan lampauku. Karenanya saya mencintai suami saya yang sekarang meski ia hanya seekor kumbang hina. Saya lebih mencintainya dibandingkan kepada sang raja.”

Mendengar pernyataan yang menyakitkan dari si kumbang betina, Raja Assaka menjadi sangat malu. Kata Raja kemudian, “Saya sangat memuja dan mencintainya”. Raja berkata lagi, “Meski ia telah meninggal dunia saya tak bisa berpisah dari jasadnya. Tapi, kini ia begitu kasar dan kejam kepadaku.”

Sehingga saat itu juga Raja memerintahkan pelayannya untuk menyingkirkan jenazah permaisuri. Dan Raja memilih gadis muda cantik lainnya untuk menjadi permaisurinya. Setelah mampu menghibur Raja, si *yogi* kembali ke gunung Himavunta.

Ratu Upari, ketika masih menjadi manusia, pasti tak pernah berpikir untuk terlahir lagi sebagai seekor kumbang yang menjijikkan. Tapi, saat *kamma*-nya bekerja, ia terlahir lagi sebagai seekor kumbang dan merasa nyaman dengan *khandha* yang dipanggulnya meski kehidupannya jauh lebih hina dibanding saat menjadi permaisuri Raja Assaka. Inilah mengapa kitab komentar berkata bahwa *tanha* memainkan peranan dengan menciptakan kenyamanan pada segala situasi.

Anjing berbahagia sebagai seekor anjing. Babi berbahagia hidup sebagai seekor babi. Ayam berbahagia hidup sebagai seekor ayam. Cacing berbahagia hidup sebagai seekor cacing. Dalam kehidupan manusia ada orang-orang yang memiliki kedudukan tinggi dan tiba-tiba menjadi miskin. Mereka tidak hanya menerima keadaannya yang baru ini, yang terdorong oleh *kamma*-nya, tapi juga menikmati kondisi baru tersebut. Ini dikarenakan kerja *tanha*.

Tiga Jenis Tanha

Terdapat tiga jenis *tanha*, (1) *kamatanha*, kemelekatan atas kenikmatan indra; (2) *bhavatanha*, kemelekatan akan kenikmatan indra yang berhubungan dengan pandangan bahwa segala sesuatu bersifat kekal; (3) *vibhavatanha*, kemelekatan akan kenikmatan indra yang berhubungan dengan faham nihilisme. *Tanha-tanha* ini menampung dan menerima tubuh yang dinamakan *khandha*. Di bawah adalah penjelasan tentang *tanha-tanha* tersebut.

1. Kamatanha:

Kamatanha adalah kemelekatan terhadap obyek-obyek yang menghasilkan kenikmatan indra. Obyek-obyek ini bisa berasal dari dalam maupun luar diri. Ketika muncul sesuatu yang indah dan menyenangkan, kalian harus segera mengenali kemelekatan yang berkembang di dalam diri terhadap obyek tersebut. Obyek-obyek yang indah ini bukanlah obyek utama dari kecantikan dan kesenangan.

Saat melihat seorang gadis cantik atau anak laki-laki yang tampan, kalian tidak hanya merujuk kepada gadis atau anak laki-laki yang memiliki wajah yang mempesona itu saja. Tapi juga kepada sesuatu yang menempel sebagai pernak-pernik dari kecantikan atau ketampanan tersebut seperti, pakaian, dan lain-lain.

Saat itu bisa dikatakan kemelekatan telah berkembang. Kemelekatan ini bukan hanya seputar penglihatan dan suara yang menyenangkan, tapi juga pada pernak-pernik yang melekat pada obyek-obyek itu.

Masih tentang kemelekatan. Ketika berbicara tentang rindu pada aroma yang harum, rasa lezat, sentuhan-sentuhan yang menyenangkan dan bentuk-bentuk khayalan yang indah, atau ketika ingin menjadi manusia, dewa, laki-laki, perempuan, dan lain-lain, keinginan ini berhubungan dengan kesenangan indra. Ini terjadi akibat kontak antara obyek-obyek indra dengan keenam pintu indra.

Avijja, ketidaktahuan, mengakibatkan *tanha* berkembang. Karena *avijja* ini maka kesunyataan segala fenomena tertutupi. Hal ini berseberangan dengan kebenaran dan membuat munculnya cara berpikir yang salah.

Karena kebenaran tertutupi, kebohongan menjadi cahaya kebenaran. Dengan ini ketidakkekalan dianggap sebagai kekekalan, penderitaan dianggap sebagai kenikmatan, ketiadaan inti yang kekal diakui sebagai adanya inti yang kekal. Karenanya *anatta*, tak ada 'diri', disalah-artikan sebagai *atta* atau 'diri'. Dengan cara pandang semacam ini keburukan dan ketiadagunaan disalahmengertikan sebagai bermanfaat dan tampak menarik.

Saat khayalan menguasai; kemelekatan, *upadana*, muncul. Setelah itu muncul keserakahan. Karena kemelekatan ini kalian berusaha sekeras mungkin untuk mewujudkan keinginan-keinginan tersebut.

Setelah itu kalian akan berupaya untuk memperoleh apa-apa yang diinginkan. Berikutnya *kamma*, tindakan, dan *sankhara*, aktifitas kehendak, bermain di dalamnya. Mereka menciptakan *khandha* yang baru. Sehingga, selalu muncul *khandha* yang baru dari satu kehidupan ke kehidupan lain. Ini terjadi karena adanya keinginan yang didorong oleh khayalan-khayalan. Akhirnya, sekali lagi kalian harus memanggul beban *khandha* baru yang sangat berat.

1.1. Nafsu Keinginan yang tak Terpuaskan

Semua orang selalu ingin yang terbaik. Tapi, hal-hal terbaik itu sangat sulit dicapai. Misalnya, seseorang ingin terlahir lagi sebagai laki-laki atau dewa. Namun ia terlahir kembali di tempat yang tidak diinginkannya. Karena dorongan *kamma*, ia justru terlahir lagi di empat alam-alam bawah atau ke alam-alam *peta*. Bisa jadi ia terlahir lagi ke alam binatang, terlahir kembali sebagai sapi jantan, serigala, ayam atau menjadi seekor cacing.

Hidup ini seperti permainan lotere. Setiap orang yang menyetorkan uang berharap memenangkan sejumlah uang yang sangat besar. Tapi, hanya sedikit orang yang bernasib baik memperoleh uang tersebut. Sebagian dari mereka harus puas dengan hadiah uang yang sedikit. Sementara sisanya tidak mendapat apapun. Jadi, tidak setiap orang bisa memperoleh hadiah utama.

Dengan cara yang sama diketahui tidak setiap makhluk bisa terlahir sebagai seorang manusia atau dewa. Bagi makhluk-makhluk dengan *kamma* baik yang cukup akan terlahir di alam-alam tingkat tinggi. Namun *kamma* baik hanya bisa dikumpulkan melalui berdana, melaksanakan sila dan melatih pikiran. Barang siapa gagal mengumpulkan *kusala kamma*, *kamma* baik, ia tak bisa terlahir di alam manusia atau alam-alam dewa. Malah sebaliknya ia akan jatuh ke alam-alam tingkat bawah (neraka), alam binatang atau alam *peta*.

Seluruh *khandha* yang baru berasal dari *tanha*, kemelekatan, yang menemukan kenikmatan melalui obyek-obyek kesenangan. Keadaan ini dikatakan sebagai memanggul beban.

Setiap menikmati obyek-obyek indra yang menggiurkan, saat itulah kalian memanggul beban berat dari *khandha*. Dengan memanggul beban tersebut, kalian harus membawa dan melayaninya, katakanlah, selama empat puluh, lima puluh atau seratus tahun dari hidup kalian yang berat dan penuh kesulitan ini.

Pernahkan kalian menyadari hal ini sebelumnya? Dengan menyadari hal ini kalian akan melihat kemelekatan terhadap obyek-obyek indra yang kalian rindukan dengan perasaan muak. Kenyataannya kalian akan lebih dari sekedar ngeri saat mengetahui kemelekatan membuat kalian terlahir ke alam-alam binatang dan memikul beban *khandha* binatang. Atau yang lebih buruk dari itu, kalian bisa terjermus ke alam *peta* dan memanggul beban *khandha peta*.

Sebelumnya telah disebutkan tentang para *peta* yang menderita akibat perbuatan buruk yang dilakukan atas dorongan nafsu keinginan. Juga telah diceritakan sebelumnya bagaimana nafsu-nafsu keinginan ini secara telak akan mengantarkan kalian ke neraka. Ini sungguh mengerikan.

Raja Ajatasattu memiliki keinginan yang kuat untuk hidup dan menikmati kemewahan sebagai Raja. Ia membunuh ayah kandungnya untuk mewujudkan keinginannya itu. Akibat perbuatan buruknya ini ia jatuh ke alam neraka dan menderita di neraka lohakumbhi.

Neraka Lohakumbhi sebelumnya telah dihuni oleh empat pemuda anak orang kaya. Dikisahkan, saat masih menjadi manusia, empat pemuda itu berselingkuh dengan istri orang lain dengan imbalan uang.

Lohakumbhi adalah neraka berbentuk sebuah kawah raksasa, dimana keempat pemuda tersebut direbus dalam cairan besi mendidih. Mereka meluncur ke dasar kawah dan muncul lagi ke permukaan. Hal ini berlangsung terus-menerus.

Diperlukan waktu 30.000 tahun bagi masing-masing pemuda itu untuk meluncur dari permukaan ke dasar kawah dan 30.000 tahun lagi naik dari dasar ke permukaan kawah. Jadi, katakanlah, setelah 60.000 tahun keempatnya bisa bertemu pada kesempatan yang sangat singkat di permukaan kawah yang mendidih. Ketika keempat pemuda itu bertemu mereka ingin menceritakan keadaannya yang sangat susah dan menderita. Pada saat itu mereka hanya bisa mengucapkan kata-kata yang tidak lengkap seperti, 'du, sa, na dan so'.

Pemuda pertama yang hanya bisa berucap 'du' sebenarnya ingin mengatakan, ketika dulu terlahir sebagai manusia ia telah gagal melakukan berbuat baik seperti berdana atau membangun moralitas yang baik. Ia hanya menghabiskan seluruh hidupnya melakukan hal-hal buruk. Pada saat baru saja mau mengatakan maksudnya, ia telah meluncur ke dasar kawah.

Pemuda kedua yang baru mulai mengatakan 'sa' sebenarnya ingin menceritakan bahwa ia telah lebih dari 60.000 tahun mondar-mandir di neraka. Ia berharap kapan kiranya bisa terbebas dari kawah mendidih ini. Seperti pemuda pertama, sebelum menceritakan maksudnya, ia telah meluncur kembali ke dasar kawah sebelum mampu mengucapkan satu kata pun secara lengkap.

Pemuda ketiga juga hanya punya waktu sangat singkat sehingga penggalan kata yang tertangkap hanya suku kata 'na' saat tiba di permukaan kawah. Sebenarnya ia bermaksud mengatakan bahwa ia dan teman-temannya melihat penderitaan ini tanpa akhir. Hal ini disebabkan saat sebagai manusia dulu mereka hanya melakukan perbuatan buruk.

Dan pemuda terakhir yang meneriakkan suku kata 'so' sudah terbenam lagi ke dasar kawah sebelum ia mampu menyelesaikan kata-katanya secara lengkap. Apa yang ingin disampaikan sebenarnya adalah ungkapan penyesalan. Ia berjanji jika terbebas dari alam neraka, akan mempraktekkan dana, menegakkan *sila* dan melakukan banyak kebajikan lainnya.

1.2. Penyesalan

Mereka, keempat pemuda itu, tak diragukan lagi, penuh penyesalan. Tapi, penyesalan ini tak ada gunanya setelah perbuatan buruk itu berbuah. Karenanya Sang Buddha selalu mengingatkan untuk sepenuhnya sadar pada saat yang tepat.

"O, para bhikkhu, camkan hal ini baik-baik. Waspadalah. Sehingga kamu tidak memiliki penyesalan yang dalam karena telah melakukan perbuatan-perbuatan buruk. Saya telah berulang-ulang mengingatkanmu tentang hal ini".

Dalam hal ini, seseorang harus awas, tidak kehilangan kewaspadaannya. Seseorang bisa menjadi tidak awas saat dirinya dipenuhi obyek-obyek indrawi yang gemerlapan. Sang Buddha telah mengingatkan untuk tidak tergila-gila pada obyek-obyek tersebut. Hanya ketika menjadi tua, sudah dekat dengan kematian, terlahir kembali di alam binatang, *peta* atau alam neraka, kalian baru merasa menyesal karena tidak mempraktekkan dhamma saat masih muda, kuat dan sehat dulu. Penyesalan sungguh tidak berguna. Dalam keadaan semacam itu, tak ada satupun hal yang bisa dilakukan untuk merubahnya. Saat ini, kalian masih memiliki kesempatan untuk mempraktekkan *vipassana*, meditasi pandangan terang, maka segeralah lakukan.

Para bhikkhu maupun umat biasa harus bersungguh-sungguh memperhatikan kata-kata Sang Buddha dan mematuhi nasehat beliau. Saat ini kalian tengah menikmati hidup. Tapi untuk berapa lama? Setelah meninggalkan masa muda dan memasuki usia tua, yang hanya berlangsung sekitar 40 atau 50 tahun, kalian ternyata hanya melayani *khandha-khandha* tersebut. Jika selama masa itu hidup kalian tidak ditunjang oleh perbuatan-perbuatan baik dan hanya sibuk melakukan perbuatan buruk, maka perbuatan buruk tersebut akan mengirim kalian ke neraka.

Adapun keempat pemuda putra orang kaya yang berada di kawah mendidih hidup dengan sangat menderita. Mereka hanya bisa berteriak 'du, sa, na dan so', menderita selama ribuan tahun dalam satu kali putaran kehidupan. Jadi, perbuatan buruk, *akusala kamma*, bisa mengantarkan kalian pada akhir yang sama dengan mereka di kawah mendidih neraka lohakumbhi. Ingatlah juga nasib para *peta*, makhluk-makhluk yang telah diceritakan sebelumnya.

Para makhluk yang masih menderita di alam-alam bawah atau di alam *peta* semasa masih jadi manusia telah lupa melakukan perbuatan-perbuatan baik seperti berdana dan mempraktekkan *sila*. Apabila dalam kehidupan saat ini kalian gagal mempraktekkan dhamma untuk meraih 'jalan' dan 'buah' (*magga* dan *phala*), kalian hanya memberikan saluran dari nafsu-nafsu keinginan. Bila demikian siapa yang bisa menjamin kalian tidak akan pergi ke empat alam-alam tingkat bawah setelah meninggal nantinya?

Saat ini adalah kesempatan bagi kalian untuk mengambil manfaat dari ajaran Sang Buddha. Karena ajaran beliau masih bisa dinikmati. Gunakanlah kesempatan ini untuk mempraktekkan *dana, sila, bhavana*, khususnya *vipassana*. Melakukan hal ini merupakan tindakan tepat. Berkenaan dengan ini ada kalimat yang digubah oleh seorang Sayadaw dalam menggambarkan pengalamannya.

“O tubuh, saya bukanlah budakmu, bukan juga hambamu. Saya telah memetik keuntungan dari ajaran Sang Buddha. Saya tak akan berlama-lama lagi memelihara dan memberimu makan”.

Sebelum masa Sang Buddha, saat ajaranNya belum disampaikan, orang-orang memelihara dan memberi makan tubuhnya menurut apa yang didiktekan oleh keinginan tubuh tersebut. Tapi Sang Buddha mengatakan bahwa tubuh yang merupakan *khandha* adalah suatu beban, beban yang sangat berat. Bahwa *khandha-khandha* itu tak pernah bisa terpuaskan, sebanyak apapun yang diberikan kepadanya. Tubuh tak bisa melakukan apapun pada saat kritis karena sifatnya yang tidak kekal. Dan, memanggul mereka berarti penderitaan yang tak terkatakan sepanjang lingkaran kehidupan.

Tubuh menuntut kalian agar tunduk pada harapan dan keinginan-keinginannya serta membalik pikiran dari praktek dhamma. Mengapa tubuh begitu penuntut? Bagian kedua dari kata-kata Sayadaw tersebut memberi kalian jawaban.

“Saya telah memberi makan engkau dan tetap saja aku menderita yang tak terperi dalam lingkaran *samsara* tak berkesudahan ini.”

Kalian telah memberikan apa yang tubuh inginkan dan harapkan. Ketika kalian diperintah untuk pergi, kalian pergi, berbicara, kalian berbicara, mencari makanan baginya, kalian lakukan.

Ini berarti kalian adalah pelayan bagi tubuh. Sebagai pelayan ada kemungkinan kalian telah menyelesaikan tugas dengan setia dan patuh. Ini sungguh menakutkan. Namun tidak secara keseluruhan ini buruk. Ada kemungkinan baik. Bila dalam melayani tubuh kalian melakukan tindakan-tindakan buruk, seperti mencari nafkah dengan tidak jujur, sebagai akibatnya kalian akan berputar-putar di lingkaran *samsara* yang tak berkesudahan, menderita, baik di alam-alam tingkat bawah, di alam binatang atau di alam peta.

Misalnya, kalian telah mengisi hidup dengan berbohong, menipu, mencuri atau membunuh. Bahkan kalian telah memfitnah pihak lain hanya untuk memperoleh keuntungan dari kekacauan yang diciptakan. Semua perbuatan ini adalah *akusala dhamma*. Perbuatan-perbuatan buruk yang akan membangun jalan setapak ke neraka.

Bila berhasil menghindari perbuatan buruk, maka kalian akan terlahir di alam manusia atau dewa. Meski demikian, manusia maupun dewa dapat menderita oleh keinginan terlahir kembali menjadi makhluk seperti yang diharapkan.

1.3. Penderitaan Menurut Kacamata Orang Bijaksana dan Para Yogi

Sejauh ini penderitaan digambarkan dalam hubungannya dengan pengalaman-pengalaman yang dialami manusia biasa. Bagi para *yogi* dan orang bijaksana, meski manusia, dewa atau brahma tampak memiliki kehidupan yang bahagia, mereka tetap subyek dari *dukkha*, penderitaan.

Dalam dunia manusia, meskipun seseorang merasa dirinya sangat bahagia, sesungguhnya ia terbebani oleh *khandha*-nya. Dimana *khandha-khandha* ini harus dirawat dan diberi makan sepanjang hidup. Melakukan hal ini adalah penderitaan.

Penderitaan ini akan lebih kelihatan saat ia jatuh sakit. Manusia lain yang tak ada hubungan dengannya, tak akan mau merawatnya. Mungkin saja ia mempekerjakan seorang perawat

untuk menjaga dan memberinya perhatian. Namun agak diragukan jika perawat ini bisa memperhatikannya sepanjang hari dalam jangka waktu yang panjang sekalipun diberi upah yang besar.

Kalau kalian membicarakan kehidupan para dewa, akan sulit menceritakannya secara tepat karena kalian tak pernah melihat mereka. Namun mengingat para dewa itu juga menikmati kehidupan indrawi, maka mereka pun memiliki *dukkha* berkaitan dengan keinginannya menikmati kesenangan indra tersebut.

Raja para dewa dikenal sebagai sesosok dewa yang memiliki banyak pelayan perempuan. Tapi ada saat-saat ia tak dapat menikmati semua keinginan dan hasratnya sepanjang waktu. Bila keinginan dan hasrat tersebut tak terpenuhi, maka ia pun akan merasa menderita.

Para brahma tidak hidup dalam kenikmatan indra. Meski begitu, mereka menghadapi permasalahan dengan keadaan aktifitas kemauan atau *sankhara* yang membuat mereka sibuk menghabiskan waktu dengan berpikir begini atau begitu. Inilah beban *khandha* yang mereka bawa.

Seorang *yogi* atau orang bijaksana melihat keadaan ini sebagai *dukkha* atau penderitaan. Bayangkan seseorang yang hanya duduk sepanjang hari tanpa melakukan apapun. Ia akan merasa jemu. Apabila ada orang yang hanya duduk dan merenung selama sebulan penuh, ia juga akan menderita. Lantas apa yang akan kalian katakan tentang para brahma yang 'duduk' selama ribuan tahun tanpa melakukan apapun kecuali melakukan perenungan. Perenungan ini bisa berlangsung selama ber-*kalpa-kalpa* lamanya. Inilah yang dinamakan *sankhara dukkha*, penderitaan yang berhubungan dengan aktifitas batin.

Bila para brahma ini meninggal sekali lagi ia akan memasuki alam manusia. Di alam ini sudah menantinya seluruh penderitaan khas manusia. Jika keadaannya tidak memungkinkan, meski brahma bisa terlahir lagi sebagai seekor binatang, *peta* atau ia bisa meluncur turun ke alam neraka, alam kehidupan yang terburuk.

Mengetahui hal ini seorang *yogi* atau orang bijaksana tidak berhasrat untuk menjadi brahma. Karena brahma pun punya peluang untuk memikul lima *khandha* yang akan bermuara pada *dukkha*. Maka para *arahat* di malam *parinibbana*-nya melakukan perenungan yang diungkapkan dengan kata-kata demikian:

“Untuk berapa lama lagi saya akan memikul beban *khandha* yang membuahkan penderitaan?...*Kiwa ciram nukho ayam dukkhabaro vahitabho?*”

2. Bhavatanha

Setelah membahas panjang lebar tentang *kama tanha* sekarang waktunya membahas *bhavatanha*. Ada dua pandangan salah tentang kehidupan manusia. Yang pertama disebut *sassata ditthi*, cara pandang kekekalan. Sementara yang satunya lagi dinamakan *uccheda ditthi*, cara pandang nihilisme.

Bhavatanha, kemelekatan atau kemelekatan untuk menjadi, tumbuh dan bergabung dengan cara pandang adanya kekekalan yang beranggapan bahwa kesenangan tidak bisa dihancurkan karena substansi hidup yang ada di dalam diri bersifat kekal. Dalam pandangan ini, badan jasmani bisa saja lapuk atau hancur. Tapi, 'jiwa' di dalamnya tetap hidup dan akan berpindah dari satu tubuh ke tubuh lain. Setelah kematian 'jiwa' akan berpindah dan bersemayam di tubuh yang baru. Begitulah proses keberadaan yang akan berlangsung terus-menerus.

Alam raya bisa saja hancur tapi 'jiwa-jiwa' dari makhluk hidup tetap hidup. Jiwa tetap ada selamanya. Jiwa bersifat kekal dan tak terhancurkan. Ajaran ini yang paling populer di dunia. Orang-orang yang berpegang pada pandangan ini beranggapan jika seseorang meninggal dunia ia akan terlahir di alam surga. Ia akan hidup kekal di tempat ini. Disisi lain ada

kemungkinan juga ia akan jatuh di alam neraka dan hidup kekal pula di tempat ini sesuai dengan kehendak tuhan.

Kelompok yang lain lebih suka percaya bahwa 'jiwa' seseorang berpindah dari satu tubuh ke tubuh yang lain dan memperbaharui 'diri' menurut bekerjanya *kamma* mereka. Sementara kelompok yang lainnya lagi percaya bahwa hidup telah dikodratkan dan tak bisa diubah. Suatu waktu ia akan pergi menuju ke kekekalan sesuai kodratnya. Secara jelas disebutkan oleh cara pandang ini bahwa 'substansi' yang bersemayam di dalam diri bersifat kekal. Inilah bentuk-bentuk pemikiran *sassata ditthi*. Dibawah anggapan kelompok ini hidup layaknya seperti seekor burung yang hinggap dari satu pohon ke pohon lain. Sebagaimana sebuah pohon tua yang menunggu keluruhannya sambil menanti anak pohonnya tumbuh. Jadi, saat meninggal jasmani akan hancur, sementara 'zat hidup' bergerak keluar dan menuju ke jasmani barunya.

Di bawah pengaruh *bhavatanha* yang didukung oleh konsep kekekalan seseorang terpuaskan dengan beranggapan bahwa *atta*, 'diri', berada di dalam dirinya secara tetap. Ia begitu percaya diri dan merasa bahwa yang ada di dalam dirinya adalah "dirinya" sendiri. Hal-hal yang ia nikmati sekarang bisa juga dinikmatinya di masa yang akan datang. Disini, kemelekatan kepada semua yang dilihat, didengar, dibaui, dicicip, disentuh dan dipikirkan tumbuh lebih kuat dan semakin kuat dari satu keberadaan ke keberadaan yang lain.

Ia tak hanya bisa menikmati obyek-obyek indra yang dinikmatinya saat ini. Tapi, ia pun berharap bisa menikmati hal yang sama di masa yang akan datang. Biasanya, setelah memiliki kehidupan yang bahagia sebagai manusia ia memimpikan lebih dari itu. Ia berharap bisa hidup lagi dan terlahir sebagai dewa yang berbahagia. Itulah proses berkembangnya keinginan. Sementara kelompok lain ingin terlahir sebagai pria di seluruh kelahirannya. Dan kelompok lainnya lagi ingin terlahir sebagai perempuan. Semua keinginan-keinginan ini ada akibat bekerjanya *bhavatanha*. Lebih jauh, *bhavatanha* rindu akan kenikmatan indrawi yang berakar dari konsep adanya kekekalan jiwa.

3. Vibhavatanha

Secara jelas telah diterangkan di atas bahwa *uccheda ditthi* adalah suatu pandangan yang menyakini tidak adanya kehidupan apapun setelah kematian. Segala sesuatu berakhir setelah kematian. Inilah pandangan salah yang dibabarkan oleh pertapa Ajita, seorang pertapa yang sangat terkenal dimasa kehidupan Sang Buddha.

Inti cara pandang ini adalah; individu terbuat dari unsur-unsur atau elemen-elemen utama yakni tanah, air, api dan udara. Setelah meninggal elemen air mengalir ke dalam massa air. Elemen api berubah menjadi panas. Elemen udara mengalir bersama massa udara. Semua organ indra seperti penglihatan, pendengaran, pengecap, pembau, peraba dan indra pemikir lenyap ke angkasa. Saat individu, apakah ia orang bijaksana atau orang bodoh meninggal, maka tubuhnya akan hancur dan lenyap. Tak ada yang tersisa setelah kematian.

Sewaktu berada di dalam jasad hidup, elemen tanah merubah diri ke dalam bentuk keras dan lunak. Tapi, ketika tubuh mati maka elemen tanah akan pergi dan menyatukan dirinya dengan tanah kembali. Diluar tubuh elemen tanah menjadi materi tanah, *pathavi rupa*, dimana pohon-pohon dan tanaman lain tumbuh di atasnya. Di sisi lain, elemen air pada tubuh yang telah mati diasumsikan menjadi basah dan mencair ke dalam materi air.

Konsep nihilisme dari cara pandang Ajita tak mengenal adanya kesadaran. Semua kemampuan melihat, mendengar, dan lain-lain terkondisi oleh keadaan. Ketika menunjuk kepada kemampuan ini mereka menggunakan istilah organ-organ indra. Lebih jauh, saat seseorang meninggal, seluruh materinya lenyap. Sementara itu, kemampuan indranya menguap ke angkasa. Tak peduli siapapun yang mati, apakah orang bijaksana atau orang bodoh, keberadaannya akan 'terputus' atau 'habis'.

Sewaktu orang bodoh meninggal dunia, tak akan ada kelahiran kembali sehingga ia tak perlu bertanggungjawab terhadap *akusala kamma*-nya atau perbuatan buruknya. Begitu juga dengan orang bijaksana yang meninggal dunia, tak ada *kamma* baik yang berhubungan lagi dengan dirinya.

Inilah cara pandang pertapa Ajita yang terlihat menarik bagi mereka yang suka melakukan perbuatan buruk. Orang-orang ini menemukan landasan yang kuat untuk tak melakukan perbuatan baik. Sebab mereka beranggapan tak ada kehidupan setelah kematian. Argumentasi mereka adalah bahwa hanya ada hidup sebelum kematian. Bila memang demikian, pertanyaan lebih lanjut adalah: "Apa itu hidup sebelum kematian?"

Jawabnya, menurut kepercayaan Ajita dan pengikutnya, adanya *atta* (diri) yang hidup atau *satta* (keberadaan). Walau pandangan ini mempercayai adanya empat elemen utama, *atta* atau *satta* tetap ada. Inilah kemelekatan terhadap adanya sesuatu yang suci di dalam diri. Bagi kelompok orang yang percaya akan pandangan ini beranggapan bahwa tak perlu membuang-buang waktu untuk melakukan perbuatan baik sebagai bekal dalam hidup mendatang. Karena keberadaan yang akan datang itu tidak ada. Sehingga mereka umumnya memenuhi hari-harinya dengan menikmati kesenangan sebanyak-banyaknya dalam satu kehidupan ini. Karena hanya kehidupan satu-satunya inilah yang mereka miliki.

Kemelekatan yang muncul dari cara pandang ketidakberadaan semacam ini dinamakan *vibhavatanha*. Kelompok ini memperkenalkan gaya hidup penuh kenikmatan dan kesenangan karena semuanya akan lenyap setelah kematian.

Secara alami kelompok ini memiliki banyak pengikut terdiri dari orang-orang yang suka melakukan perbuatan buruk, tak memiliki moral dan enggan mengumpulkan kebajikan. Karena tak ada apapun lagi setelah kematian, maka tak ada kebutuhan untuk mengumpulkan kebajikan. Mereka yang bersandar pada cara pandang ini tak suka dengan gagasan bahwa hidup akan secara konstan terbaharui. Dan ada akibat dari *kamma* baik dan *kamma* buruk yang mengikuti mereka seperti bayangan.

Jika tak ada kehidupan baru setelah kematian semua perbuatan buruk mereka akan berakhir dengan berakhirnya keberadaan. Orang-orang ini tak perlu bertanggungjawab terhadap semua perbuatannya, baik atau buruk. Karena perbuatan buruk yang mereka lakukan akan terhapus ketika mereka meninggal. Demikian juga semua perbuatan baik akan terhapus setelah meninggal dunia. Penganut *vibhavatanha* menemukan kepuasan pada pandangan tentang kehancuran total. Seseorang yang terikat dengan gagasan ini selalu tergerak untuk menikmati semua kesenangan hidup tanpa adanya pengekangan terhadap semua hal-hal buruk. Melakukan semua kenikmatan hidup saat ini serupa dengan menerima *khandha-khandha* yang akan muncul dalam kehidupan mendatang. Perbuatan buruk yang terkumpul pada kehidupan ini adalah *akusala kamma*. Saat kematian mereka akan berhadapan dengan perbuatan buruknya dan dilekati olehnya. Digambarkan, mereka akan diterangi oleh *kamma-kamma*-nya sehingga akan muncul *khandha* yang baru.

Kemelekatan semacam ini berlangsung terus-menerus dan dalam waktu yang tak terhitung sehingga keberadaan yang baru tak bisa dihindarkan. Di sisi lain cara pandang nihilisme ini tak bisa dipertahankan. Ada ilustrasi yang bisa diberikan di sini. Biasanya seorang dokter menganjurkan agar pasiennya yang sedang sakit tak diberikan makanan yang akan mengganggu kesehatannya. Tapi, pasien bersangkutan justru tak bisa menahan diri. Ia tetap mengonsumsi makanan-makanan pantangan itu. Akibatnya, kondisi kesehatannya semakin buruk. Mungkin saja ia akan menghadapi kematian.

Orang yang melekat dengan cara pandang *uccheda ditthi* seperti pasien bandel di atas. Meski ia percaya tak ada keberadaan apapun setelah kematian, kemelekatannya akan obyek-obyek yang menyenangkan begitu kuat. Sehingga sekali lagi ia akan 'menjadi', apapun cara pandangnya. Setelah itu keberadaannya yang baru akan sangat sulit dan keras karena ia tak pernah melakukan perbuatan baik sebelumnya. Perlu diingat, setiap perbuatan

buruk akan menghasilkan akibat buruk. Atau dengan kata lain, dari setiap perbuatan buruk akan muncul suatu reaksi yang buruk pula.

Cara pandang ini menjadi fondasi bagi tumbuhnya rasa mementingkan diri sendiri. Dalam hal ini tak ada tempat untuk menghormati keberadaan pihak lain. Biarkan yang lain meninggal dan ia tetap hidup. Dengan cara pandang ini ia tak punya rasa cemas atau penyesalan terhadap perbuatannya yang menyakiti pihak lain. Yang dikembangkan hanya perbuatan-perbuatan buruk. Dengan cara hidup demikian ia tak akan memiliki harapan apapun kecuali akan terlahir dalam bentuk keberadaan yang rendah dan buruk pada kehidupan mendatang.

Sekali lagi, *vibhavatanha* adalah kemelekatan atas obyek-obyek indra dalam satu kehidupan dimana ia percaya tak akan ada hari esok. Seseorang yang dilekati oleh jenis kemelekatan semacam ini akan menggali kenikmatan tanpa adanya pengekangan di dalamnya. Apa yang ia percayai adalah keyakinan yang membahagiakan bahwa semua makhluk akan lenyap atau habis setelah kematian. Sehingga seseorang tak perlu sibuk melakukan perbuatan baik dan buruk selama hidupnya.

Sekarang izinkan saya mengatakan sekali lagi tentang segala sesuatu yang telah dijelaskan sebelumnya:

- Apakah beban yang berat itu? *Khandha-khandha* adalah beban yang berat.
- Siapa si pembawa beban yang berat itu? Individu yang terdiri dari *khandha-khandha* adalah si pemanggul beban yang berat itu.
- Siapa yang menerima beban yang berat untuk dipanggul? *Tanha* adalah si penerima beban yang berat untuk dipanggul.

Meletakkan Beban

Sekarang saya akan menyampaikan pokok bahasan tentang cara meletakkan beban yang berat ini. Bahasan ini adalah bagian yang paling penting dari diskusi saya. Sehubungan dengan meletakkan beban Sang Buddha berkata demikian:

“O bhikkhu, apa yang dimaksud dengan meletakkan beban? Artinya adalah sepenuhnya menghapuskan, melepaskan, menghilangkan, membebaskan atau tidak melayani segala keinginan.”

*“Katamanca bhikkhave bharanikkepanam?
Yo tassa yeva tanhaya asesaviraganirodho
Cago, patinissaggo, mutti, analayo,
Idam bhikkhave bharanikkhepanam”*

Segera setelah *tanha* dilepaskan atau ditolak maka beban akan terlepas dari pundak individu. Proses penolakan ini akan efektif dalam praktek meditasi pandangan terang dan terealisirnya kesunyataan mulia. *Tanha* surut karena munculnya pengetahuan batin sebagaimana kegelapan surut dengan datangnya cahaya. Ketika *tanha* padam, tak ada lagi beban untuk dipanggul oleh *khandha*.

Jalan bagi yang tak terlahir kembali, *arahatta magga*, mengantarkan individu pada pemusnahan sepenuhnya semua bentuk kemelekatan. Pada tingkat *anagami magga*, tingkat yang tak akan kembali, semua kemelekatan pada kesenangan indra atau nafsu raga, *kamaraga*, padam. Karena ketiadaan jenis kemelekatan semacam ini seorang *anagami* terbebas dari *kamma bhava*, proses aktif untuk menjadi; sehingga ia tak akan terlahir lagi di alam manusia atau di alam dewa untuk memanggul beban kelima *khandha* sebagai manusia atau dewa. Bagi individu di tingkat *Sakadagami magga*, jejak bagi yang akan terlahir sekali, bisa memusnahkan nafsu raga sepenuhnya. Sehingga ia bisa menurunkan beban setelah dua kali keberadaan lagi. Pada tingkat *sotapatti magga*, jalan para pemenang arus, maka *sakkaya ditthi*, ilusi tentang adanya ‘aku’ dan *vicikiccha*, keragu-raguan, padam. Kedua belenggu itu hampir sama dengan kemelekatan, *samyojana*.

Sekali belunggu-belunggu ini terhapus maka tak akan ada lagi kesempatan bagi *khandha-khandha* baru dari alam-alam bawah untuk muncul. Jadi, seorang *sotapatti* tak akan bisa menderita di alam-alam neraka. Ia dipersiapkan untuk menurunkan beban setelah tujuh kali kelahiran lagi.

Sebagai gambaran, keuntungan yang didapat oleh para *sotapatti* adalah dapat menghindari penderitaan yang terlahir dengan lima agregat (kelompok kehidupan). Untuk ini Sang Buddha mengambil contoh gundukan pasir. Beliau mengambil sejumput pasir dan meletakkannya di ujung jarinya. Kemudian beliau memperlihatkan pasir itu kepada para bhikkhu.

Beliau berkata, “Mana yang lebih banyak jumlahnya, pasir di ujung jariku atau pasir-pasir yang berada di bumi?”

Para bhikkhu menjawab, bahwa sejumput pasir yang ada di ujung jari tangan Sang Buddha sangat sedikit dibanding jumlah pasir yang ada di bumi. Kemudian beliau mengatakan bahwa penderitaan yang muncul dari proses ‘menjadi’ sebelum seorang *yogi* meraih tingkat *sotapatti* adalah tak terhitung, sebanyak pasir-pasir yang ada di bumi. Setelah meraih ‘jalan’ dan ‘buah’ (*magga* dan *phala*), maka jenis penderitaan yang tersisa dari tujuh kelahiran seorang *sotapatti* ‘terlihat’ seperti pasir di ujung jari Sang Buddha. Lebih jauh Sang Buddha menasehati para bhikkhu untuk berlatih dengan serius sehingga bisa merealisasikan empat kesunyataan mulia.

Meletakkan Beban melalui latihan Vipassana Bhavana

Sebelumnya telah diterangkan bahwa beban bisa disingkirkan dengan merealisasikan empat kesunyataan mulia, jalan para *ariya*. Tapi, untuk sampai ke sana seseorang harus mengumpulkan pengetahuan batin melalui praktek meditasi pandangan terang. Seseorang yang memilih untuk menurunkan beban harus berlatih sungguh-sungguh sampai ia berhasil meraih pengetahuan tersebut.

Jika tidak waspada dengan yang sedang kalian lihat, dengar, bau, cicip, sentuh dan pikirkan, kalian tidak akan tahu obyek-obyek indra itu sebagaimana adanya. Pengetahuanmu tentang obyek-obyek tersebut menjadi asal-asalan atau sama sekali salah.

Bila demikian, kalian akan menganggap ketidakkekalan sebagai kekekalan. Atau kalian akan menganggap ketidaknikmatan sebagai kenikmatan. Serta yang tidak memiliki substansi sebagai memiliki substansi. Bisa juga dikatakan dengan menjadi tidak waspada kalian tidak akan menyadari hakekat dari ketidakkekalan, penuh penderitaan dan ketanpaintian (*anicca*, *dukkha*, dan *anatta*). Dengan tidak memahami hal ini berarti kalian memiliki pandangan salah atau dipenuhi *avijja*. *Avijja* artinya ketidaktahuan atau dipenuhi khayalan-khayalan.

Khayalan-khayalan inilah yang memikat kalian. Ia membelunggu kalian pada obyek-obyek yang menyenangkan. Sebagaimana kalian terpicat pada badan jasmani. Inilah kondisi alami dari kemelekatan. Dan setiap saat kemelekatan semacam ini terus membuntuti kalian. Sehingga kalian harus menerima beban berat dari *khandha* karena adanya kemelekatan (*tanha*) dan kemelekatan (*upadana*) yang muncul terus-menerus. Kemelekatan mengaktifkan *kamma*, aksi atau perbuatan, dan *sankhara*, kekuatan kemauan. Dengan cara demikian terbentuk makhluk berupa *khandha* yang baru.

Bila seseorang enggan berlatih meditasi *vipassana* dan gagal mencatat obyek-obyek indra, kemelekatan akan membayangnya terus-menerus. Kemelekatan itu muncul bersama dengan proses melihat atau mendengar. Atau pada saat tertentu kemelekatan seolah ‘tidur’ untuk sementara waktu sambil menunggu saat yang tepat untuk muncul. Itulah sebabnya kalian harus waspada saat pikiran kontak dengan obyek-obyek indra. Jika kalian gagal melihat proses itu, kemelekatan yang ditemani oleh khayalan-khayalan akan mengambil alih. Dalam keadaan ini kalian sepenuhnya terbuka untuk menerima *khandha* yang baru sesuai dengan *kamma* yang telah dilakukan.

Kalian harus berusaha keras untuk mencatat muncul dan lenyapnya proses batin dan jasmani, kapan pun saat melihat atau mendengar sesuatu, dan lain-lain. Bila kalian berhasil mencatat semua fenomena maka konsentrasi akan berkembang lebih baik dan lebih kuat. Demikian pula dengan semakin kuatnya konsentrasi maka kalian bisa mengamati proses-proses yang sedang berlangsung sebagaimana adanya.

Kemudian kalian akan mengetahui adanya subyek yang mengetahui (dinamakan batin) dan obyek yang diketahui (disebut jasmani). Batin yang (kedua) baru muncul setelah (batin) yang sebelumnya lenyap. Dan batin yang ketiga muncul setelah batin yang kedua lenyap. Hal demikian ini berlangsung terus-menerus, dimana batin yang baru muncul setelah batin yang sebelumnya lenyap. Ketika mengamati keadaan ini kalian akan menyadari bahwa tak ada apapun yang kekal. Yang ada hanyalah proses perubahan terus-menerus. Dan, semua proses ini adalah subyek dari hukum ketidakkekalan. Ini bukanlah kondisi yang memuaskan. Ketidakpuasan ini adalah *dukkha*, penderitaan.

Semua proses terjadi dengan sendirinya. *Atta* atau 'diri' tak memiliki kendali atas proses tersebut. Inilah yang dinamakan tak ada substansi yang kekal atau *anatta*.

Ketika kalian mampu menyadari bahwa batin dan jasmani adalah subyek dari hukum ketidakkekalan, penderitaan dan ketanpa-intian, berarti kalian telah memiliki pengetahuan atau *vijja*. Inilah yang dinamakan pencerahan. Setelah menyadari hal ini kalian akan berkata meditasi pandangan terang telah menolong kalian memperoleh cahaya kebijaksanaan. Dimana kebijaksanaan ini telah mengusir khayalan-khayalan. Pada tingkat ini kalian dapat menolak pikiran salah yang mengidamkan obyek-obyek yang menggiurkan.

Kemelekatan bisa dihalau dengan mencatat obyek suara dan penglihatan yang masuk ke pikiran. Saat pencatatan berlangsung, tak ada kesempatan bagi kemelekatan atau keinginan untuk muncul. Akibatnya tak ada lagi kemelekatan terhadap obyek itu meski kemudian kalian memanggil atau mengingat kembali apa yang telah dilihat atau didengar. Ini berarti kalian terbebas dari belenggu *tanha* atau kemelekatan meski dalam waktu yang relatif singkat. Jadi, saat *kusala dhamma* terbentuk, kemelekatan tidak akan muncul. Dengan demikian telah terjadi proses pembebasan dari kemelekatan atau *tanha* yang muncul dan dicatat secara tepat dan teliti sekarang atau yang akan muncul kemudian oleh *kusala dhamma* yang diperoleh melalui praktek *vipassana*.

Kemelekatan dapat dibebaskan dengan rajin mencatat fenomena muncul serta lenyapnya batin dan jasmani. Ini berarti kalian tengah menurunkan beban *khandha*. Pencatatan-pencatatan ini menyadarkan kalian pada kenyataan akan adanya ketidakkekalan, penderitaan dan ketanpa-intian. Ini adalah pengetahuan yang membuat kalian mampu meletakkan beban.

Saat mencatat kembang dan kempisnya perut atau mencatat duduk, berdiri, menekuk atau merentangkan lengan, kalian sedang melihat diri sendiri 'ke dalam'. Saat pencatatan berlangsung kemampuan kalian melihat kenyataan berkembang setingkat demi setingkat, tahap demi tahap. Dengan cara ini keinginan untuk menikmati sensasi kesenangan gagal untuk muncul. Jika gagal melihat fenomena itu apa adanya, kalian akan tersesat saat proses itu muncul sehingga akan timbul pandangan salah seperti, 'ini adalah perutku'. Cara pandang semacam ini dipenuhi khayalan.

Karena khayalan-khayalan semacam ini kalian akan merasa, 'apa yang menjadi milikku adalah menyenangkan'.

Cara pandang demikian akan membuat kalian menganggap benda-benda sebagai sesuatu yang menarik. Kalian menggenggam benda-benda sebagai milik. Kemudian *kamma* dan *sankhara* akan ikut bermain di dalamnya. Hal ini terjadi karena hadirnya dua faktor aktif yang akan membuat *khandha* yang baru muncul. Dari mana asal mereka? Mereka berasal dari perangkat *tanha*.

Apabila gagal mencatat fenomena batin dan jasmani, kalian akan menganggap ini adalah perut kalian (dalam hal mengamati kembung dan kempisnya perut) yang sedang bekerja. Setelah kegagalan itu akan muncul kemelekatan. Sehingga bisa dikatakan membebaskan keinginan atau kemelekatan adalah menurunkan beban.

Kadang terjadi, saat sedang bermeditasi dan mencatat kembung dan kempisnya perut, kalian berpikir. Pemikiran ini secara alami akan memicu munculnya kecenderungan atau keinginan-keinginan. Sebagai contoh, saat sedang berpikir tentang suatu obyek, akan muncul keinginan untuk melakukan sesuatu. Meski aktifitas kehendak ini disadari atau tidak, apakah hasrat tersebut terpenuhi atau tidak, itu tidak menjadi masalah sepanjang kalian gembira dengan memikirkan obyek-obyek itu.

Berpikir seperti ini sangat menyenangkan. Sehingga para *yogi* yang tengah bermeditasi pun tak suka diingatkan bahwa ia harus mencatat fenomena bekerjanya pikiran yang muncul saat mengamati kembung dan kempisnya perut. Jadi, bentuk-bentuk pikiran yang muncul saat itu harus dicatat atau diamati. Jika gagal mencatat bentuk-bentuk pikiran yang muncul kalian akan mengembangkan kemelekatan pada pemikiran semacam itu.

Pada saat itu muncul konsep tentang adanya diri. Sekali ide ini digenggam kalian akan bekerja keras hanya untuk kebaikan 'diri'. Selanjutnya *kamma* dan *sankhara* akan bekerja. Keduanya akan bekerja sedemikian rupa sampai munculnya *khandha* yang baru. Maka perlu diingat kapan pun kalian gagal mencatat bentuk-bentuk pikiran, kalian tengah menerima beban *khandha* yang baru.

Seorang *yogi* yang mampu mencatat proses berpikir akan menjadi waspada bahwa pikirannya bukan merujuk pada *atta*-nya atau 'diri'-nya. Tapi, proses berpikir itu hanya suatu fenomena batin yang muncul secara alami. Saat kalian mencatat, "berpikir...berpikir", pikiran yang tengah aktif bekerja itu akan lenyap. Saat kalian mencatat, "ingin...ingin", "bermaksud...bermaksud", keinginan dan maksud itu akan lenyap.

Kemudian kalian akan menyadari bahwa pikiran-pikiran, keinginan-keinginan atau maksud-maksud ini tak ada di sana sebelumnya. Kalian juga melihat bahwa bentuk-bentuk pikiran ini muncul dan lenyap. Kalian akan mengetahuinya secara intuitif, tanpa perlu melakukan daya upaya untuk menyelidiki bentuk-bentuk pikiran tersebut. Kalian tak lagi terpicat oleh bentuk-bentuk pikiran, keinginan-keinginan dan kemauan kehendak. Kalian tak lagi melekat dengan obyek-obyek itu. Tak memandang mereka sebagai produk dari *atta*. Ini adalah hal penting yang patut diketahui bila ingin memusnahkan *tanha*, kemelekatan.

Bila kemelekatan telah dipadamkan, maka *khandha* tidak terbentuk. Jadi, saat kalian mengamati obyek berupa bentuk-bentuk pikiran, kalian tengah melepaskan beban. Proses ini akan semakin jelas saat saya membahas tentang *bhanga nana*, pengetahuan yang berhubungan dengan lenyapnya proses batin dan jasmani.

Seorang *yogi* yang telah meraih *bhanga nana* menemukan bahwa baik subyek yang melakukan pencatatan (batin) dan obyeknya (jasmani) muncul dan lenyap dalam waktu yang sangat cepat. Saat mencatat kembung dan kempisnya perut (jasmani), keduanya, baik kembung dan kempisnya perut maupun pikiran (batin) yang tengah mencatat proses itu segera lenyap pada saat diamati. Baik batin maupun jasmani tidak pernah berada pada satu keadaan yang tetap. Kalian tak tahu kapan munculnya. Proses ini selalu berubah-ubah, bersifat tidak tetap. Sehingga secara mutlak tak ada alasan bagi siapapun untuk terikat dengan *khandha*-nya dan menyebutnya sebagai 'tubuhku', 'perutku', atau 'Ini pikiranku'. Dengan demikian kemelekatan tidak bisa berkembang.

Bila proses kemelekatan gagal muncul, *tanha* pun tak akan muncul. Setelah itu *upadana* maupun *kamma*, proses aktif untuk menjadi, tak akan muncul. Ketika tengah mencatat berbagai fenomena (seperti kembung dan kempisnya perut, atau menekuk dan merentangkan anggota badan) kalian akan melihat bahwa obyek yang diamati, jasmani, dan subyek yang mengetahui, batin, lenyap sekaligus tanpa meninggalkan bekas berupa bentuk

atau substansi apapun di dalamnya. Keduanya bersifat tidak kekal. Maka fenomena ini tak bisa dicatat atau dikatakan sebagai 'perutku' atau 'tubuhku'. Pada saat inilah kemelekatan bisa dipadamkan. Dengan pemadaman ini, *upadana*, *kamma* dan *sankhara* tak lagi bekerja. Dengan berhentinya aktifitas ini, *khandha-khandha* yang baru gagal untuk muncul. Dan beban diletakkan.

Bagaimana dengan proses pencatatan *vedana*, perasaan atau sensasi? Kalian pasti akan mengalami perasaan capek, kepanasan atau kesakitan saat duduk bermeditasi.

Catat semua sensasi yang muncul pada saat itu. Saat mencatat semua fenomena batin dan jasmani yang muncul dan lenyap, kalian akan menyadari sensasi-sensasi itu lenyap susul-menyusul.

Umpama kalian berkonsentrasi pada rasa panas yang muncul di salah satu bagian tubuh. Orang-orang awam akan berpikir bahwa rasa panas itu terjadi secara tetap dan terus-menerus. Tapi, saat mencatat rasa panas itu menurut petunjuk meditasi pandangan terang, kalian akan menemukan bahwa rasa panas itu muncul sebagai rangkaian sensasi panas. Saat ini muncul, saat ini juga lenyap. Sesaat kemudian muncul rasa panas yang baru dan akan lenyap pada saat itu juga. Pada proses itu ada patahan-patahan atau jeda-jeda dalam rangkaian sensasi rasa panas itu.

Bagi *yogi* yang sedang mempraktekkan *vipassana* semua jeda-jeda atau patahan-patahan itu terlihat jelas. Sementara bagi masyarakat awam sensasi panas itu dibayangkan sebagai suatu rangkaian sensasi yang tak terputus. Hal ini menyadarkan kalian bahwa, tak hanya sensasi rasa panas tapi juga pikiran yang tengah mengawasi sensasi itu muncul dan lenyap. Pada satu saat pikiran menyadari adanya sensasi rasa panas dan kemudian pikiran itu lenyap pada saat itu juga. Sesaat kemudian pikiran yang baru muncul lagi dan lenyap seperti sebelumnya. Hal ini berlangsung terus-menerus sampai sensasi rasa panas itu berakhir.

Di bawah pengamatan kesadaran, sensasi panas itu bukanlah 'aku'. Pikiran yang tengah melakukan pencatatan atas sensasi itu pun bukan 'aku'. Apa yang bukan 'aku' bukan sesuatu yang layak untuk disukai. Segera setelah pengertian ini muncul maka kemelekatan akan berhenti untuk menggoda. Dengan padamnya kemelekatan maka *tanha* dan anak buahnya, *upadana*, *kamma* dan *sankhara* akan berhenti bekerja.

Dengan terhentinya aktifitas itu maka *khandha* yang baru gagal untuk muncul. Jadi setiap mencatat sensasi-sensasi yang muncul, kalian melepaskan beban. Proses ini berhubungan dengan sensasi yang menyenangkan. Yang perlu dipahami, proses pencatatan juga berkaitan dengan sensasi tidak menyenangkan serta sensasi-sensasi yang bukan menyenangkan maupun bukan tidak menyenangkan.

Saat mencatat fenomena tersebut, kalian akan menyadari bahwa sensasi-sensasi itu tidak terjadi terus-menerus. Tapi setiap bagian dari sensasi tersebut muncul dan lenyap secara cepat sampai sensasi itu berakhir.

Dari contoh sensasi rasa panas, sensasi ini dapat dibagi menjadi beberapa bagian, saat demi saat. Dan ketika kalian mencatat *dukkha vedana*, sensasi yang tak menyenangkan, *sukha vedana*, sensasi yang menyenangkan, dan *upekha vedana*, sensasi yang bukan menyenangkan maupun bukan tidak menyenangkan, kalian tak akan melekat pada ide tentang adanya suatu substansi yang permanen, 'aku', 'aku' yang menderita atau 'aku' yang tengah berbahagia. Ketidakmelekatan ini membawa pada akhir bekerjanya *upadana*, *kamma*, *sankhara*, *khandha* dan kebebasan mutlak. Saat itulah seluruh beban bisa terangkat dari pundak kalian. Dengan padamnya *khandha*, maka usia tua, penyakit dan kematian tak akan muncul. Sehubungan dengan ini Sang Buddha mengatakan, seorang *yogi* akan terbebas dari kematian setelah ia berhasil menyingkirkan bebannya.

Raja kematian tak akan mengenali seorang *yogi* yang melihat bahwa *khandha-khandha*-nya tak memiliki substansi yang kekal di dalamnya. Ia melihat *khandha-khandha*-nya ibarat busa sabun atau merupakan khayalan belaka.

Yatha pubbulakam passé
Yatha passé mariciram
Evam lokam avekkhantam
Maccuraya na passati

Busa sabun akan pecah segera setelah terbentuk. Demikian pula dengan khayalan yang timbul dalam pikiran menciptakan kesan tentang realitas palsu. Tak ada substansi yang kekal dari keduanya. Ini adalah pengetahuan yang bersifat umum. Yang perlu kalian ketahui adalah adanya kebenaran alami dari segala fenomena.

Ketika seorang *yogi* mengembangkan konsentrasi dengan mengamati lenyapnya *khandha-khandha*, ia akan menemukan obyek yang diamati dan pikiran yang mengamati bersifat berubah, sekarang muncul, sekarang juga lenyap. Keduanya bersifat tidak kekal. Tak ada esensi atau substansi yang bisa dinamakan 'milikku' pada mereka. Keduanya hanya terdiri dari proses menjadi dan lenyap.

Bagi *yogi* yang menyadari hal ini maka kematian tidak bisa menemukannya. *Yogi* semacam ini memiliki kebebasan pada saat tengah berlatih meditasi pandangan terang. Bila latihannya diteruskan, ia bisa mencapai *arahatta magga*, jalan kesucian, yang tertinggi. Sehingga ia akan terbebas dari memanggul beban selamanya.

Kiasan yang mengatakan bahwa kematian tak bisa menemukan *yogi* semacam itu, seperti yang diceritakan dalam Bhara Sutta ini, merujuk kepada *tanha* atau kemelekatan yang tak memiliki kesempatan untuk muncul. Sehingga ia dapat meletakkan beban dari pundaknya.

Pada saat yang khusus itu dimana seorang *yogi* telah menyingkirkan *avijja* (kebodohan, ketidaktahuan), *tanha* (kemelekatan), *upadana* (kemelekatan), *kamma* (perbuatan) dan *sankhara* (aktifitas kemauan), dapatlah dikatakan bahwa ia telah meletakkan bebannya.

Beban Seorang Sotapatti (Perenang arus/mahluk suci tingkat 1)

Dengan makin matang dan sempurnanya pengetahuan meditasi pandangan terang yang membawa pada terealisirnya *sotapatti magga*, jejak si pemenang arus, seorang *yogi* dapat memahami *nibbana* secara spiritual dimana batin, jasmani dan *sankhara* padam secara total. *Yogi* ini secara nyata dapat merasakan sensasi kedamaian dengan padamnya aktifitas kemauan (*sankhara*).

Ketika semua fenomena padam disitulah muncul kedamaian sempurna. Saat itu ia terbebas dari khayalan tentang 'diri' yang menganggap bahwa batin dan jasmani sebagai atta, diri, jiwa atau suatu makhluk. Ia menyadari bahwa penglihatan, pendengaran, pencicipan, bau-bauan, sentuhan atau berpikir, hanya merupakan kumpulan dari batin dan jasmani.

Proses menekuk, merentangkan atau bergerak menunjukkan aktifitas dari kumpulan batin dan jasmani. Seluruh perilaku fisik, ucapan atau aktifitas batin berasal dari kumpulan batin dan jasmani yang sama. Sebelum bermeditasi, seorang *yogi* bisa beranggapan bahwa semua aktifitas dan perilakunya adalah perwujudan dari dirinya. Sehingga ia akan mengatakan, "aku melihat, aku mendengar."

'Aku' telah mengambil alih proses batin dan jasmani dan menjadikannya suatu substansi hidup yang bersemayam di dalam diri. Sekarang ia telah memperoleh pandangan terang dari seorang 'pemenang arus' (*sotapanna*). Khayalan tentang dirinya lenyap.

Sewaktu mencatat proses mendengar, melihat, dan lain-lain, proses itu merupakan perwujudan dari fenomena batin dan jasmani yang selalu timbul dan tenggelam. Ini

menggambarkan proses lenyapnya *sakkaya ditthi*, pandangan salah tentang adanya 'aku' yang kekal.

Setelah khayalan tentang diri padam, pengetahuannya menjadi terbuka. *Yogi* semacam ini bisa mengenyahkan semua keragu-raguan tentang *Tiratana* (Buddha, Dhamma dan Sangha), dan ia telah berhasil memurnikan *silanya* (moralitas), *samadhi* (konsentrasinya), *panna* (kebijaksanaan) dan *sikkha* (latihan kemoralan).

Saya (Mahasi, penerjemah) tak akan membahas lebih jauh tentang latihan kemoralan disini. Tapi harus diingat dalam pikiran bahwa sekali seorang *yogi* telah meyakini *Tiratana*, secara alami ia telah mengembangkan keyakinan atas latihan moralnya. Dalam praktek menuju pencapaian 'jalan' dan 'buah' (*magga* dan *phala*), moralitas, konsentrasi dan kebijaksanaan merupakan hal penting. Sementara Sangha berarti kumpulan para bhikkhu yang mempraktekkan dhamma.

Dengan lenyapnya keragu-raguan dan khayalan tentang adanya diri, *kilesa* (kekotoran batin) berhasil dimusnahkan dari pikiran. Kekotoran batin itu terdiri dari keserakahan, kebencian dan ketidaktahuan. Karenanya, seorang yang belum mencapai tingkatan *sotapanna* akan terlahir lagi lebih dari tujuh kali kelahiran.

Setiap individu yang gagal secara keseluruhan atau sebagian dalam berlatih meditasi pandangan terang akan gagal mewujudkan 'jalan'. Lebih jauh, akan terbuka bagi individu semacam ini untuk terlahir kembali dan menderita di alam-alam bawah sebagai akibat dari dorongan *kamma* buruknya. Jika jalan yang ditempuhnya telah dekat ke tingkat *sotapanna*, ada kemungkinan, ia bisa terhindar dari terjatuh di alam-alam neraka pada kehidupan berikutnya. Namun, pada kelahirannya yang ketiga, orang ini akan terjebak dalam lingkaran *samsara*, melewati berbagai kelahiran sebagai manusia atau dewa.

Jika orang di atas terus berlatih meditasi pandangan terang dimanapun dalam salah satu kehidupannya ia akan berkesempatan mendapatkan buah *kamma* baik dari ajaran Sang Buddha. Bahkan setelah itu ia bisa meraih *magga* dan *phala* dalam waktu singkat pada beberapa kelahiran berikutnya, meski ia kehilangan kesempatan berlatih dalam kehidupan saat ini. Itu berarti ia telah menetapkan suatu batas untuk tumibal lahirnya. Inilah keuntungan yang bisa diperoleh seorang *yogi vipassana* dibanding individu-individu yang tidak berlatih meditasi ini. Sementara khayalan dan kemelekatan yang membelenggu membuat seseorang terus terjebak dalam lingkaran *samsara* yang tak berkesudahan.

Sehubungan dengan ini, Sang Buddha berkata demikian, "O bhikkhu, *samsara*, lingkaran kelahiran, tak terbandingkan. *Samsara* dipenuhi khayalan yang merintangikan seseorang untuk mencapai 'jalan'. *Samsara* dipenuhi kemelekatan (*tanha*) yang mengikat makhluk hidup terus melanjutkan keberadaannya. Dengan demikian seseorang menjalani satu kehidupan ke kehidupan berikutnya dalam lautan *samsara*, dimana awal darinya tak diketahui."

Pengetahuan umum tentang proses melihat, mendengar, dan lain-lain melalui *khandha* (yang terbentuk dari batin dan jasmani) bukanlah pengetahuan sebenarnya. Itu termasuk *avijja*, kegelapan batin. *Avijja* menciptakan khayalan tentang kekekalan dari benda-benda yang dilihat atau didengar seseorang. Kekotoran batin menjerat kalian untuk percaya bahwa suatu obyek itu menyenangkan, baik dan indah. Kekotoran batin membentuk kalian pada ide tentang adanya 'diri', 'Ini adalah aku, itu adalah dia, ini adalah suatu makhluk'. Demikianlah kalian selalu berpikir karena belenggu kekotoran batin.

Keadaan ini menutupi kebenaran alami dari *khandha-khandha*. Sehingga kalian terus berpikir bahwa suatu obyek itu indah dan menyenangkan. Ini menjadikan kalian terikat padanya. Inilah kerjasama kemelekatan dan khayalan. Kemelekatan ibarat tambatan. Hewan ternak yang terikat bisa bergerak sejauh panjang tambang yang mengikatnya. Hewan ini tak bisa pergi lebih jauh dari tambang itu. Seperti inilah cara makhluk hidup tertambat karena kemelekatannya. Dan, makhluk hidup semacam ini terus-menerus berputar-putar tak bisa

keluar dari ikatan kemelekatan itu. Mahkluk hidup-mahkluk hidup ini terlahir kembali, lagi dan lagi dalam berbagai wujud fisik atau *khandha-khandha* tanpa akhir.

Mereka tak bisa mematahkan lingkaran *samsara*. Nyatanya, mereka tak memiliki ide tentang keluar dari lingkaran *samsara*. Sehingga *khandha-khandha* akan muncul lagi dan lagi selama jutaan lingkaran kelahiran. Dan tak diketahui kapan mereka mulai tersadar tentang keadaan menyedihkan ini. Mereka akan terus meng-ada sampai bisa merealisasikan *sotapanna magga*. Ketika mereka sudah memperoleh 'jalan', diasumsikan *khandha-khandha*-nya akan berwujud hanya sampai tujuh kelahiran saja. Setelah itu tak akan ada lagi proses 'menjadi'. Selanjutnya mereka bisa mencapai kedamaian mutlak. Saat itulah mereka bisa meletakkan semua beban.

Dalam teks *Niddesa Pali* ada keterangan tentang hal ini, "Hanya dibutuhkan tujuh kali kelahiran lagi bagi seorang pemenang arus, *sotapatti*, untuk memadamkan seluruh kemelekan atas batin dan jasmaninya. Pada saat itu seluruh *kamma*, jasa dan bukan jasa padam. Dan berakhirlah keberadaan dimana sebelumnya ia harus meng-ada dalam hitungan waktu yang tak berhingga".

Ibarat satu penyakit yang disembuhkan melalui serangkaian pengobatan yang mujarab, maka perwujudan dari 'jalan' (secara kiasan dikatakan, *sotapanna magga* adalah obat) melindungi dirinya dari lingkaran tumibal-lahir yang tiada henti. Mulai saat ini ia hanya akan memiliki tak lebih dari tujuh kali kelahiran. Setelah itu tak akan ada kelahiran lagi. Ini menunjukkan bagaimana beban telah disingkirkan dan dihapus oleh pengetahuan pandangan terang.

Meletakkan Beban pada Tingkat Kesucian Lebih Tinggi

Saat seseorang mencapai tingkat kesucian *sakadagami*, yang berarti hanya terlahir kembali satu kali, ia bisa menurunkan beban pada akhir dari kehidupan berikutnya. Para *anagami*, dapat melepaskan kelahirannya pada keberadaan terakhirnya saat ini juga, baik itu di alam berbentuk maupun di alam tak berbentuk.

Keberadaan tak bisa dihitung sebagai kehidupan. Karena di alam berbentuk individu bisa terlahir sampai lima kali di lima alam *sudhavasa*. Di alam tanpa bentuk ada empat alam juga. Sehingga individu bisa terlahir empat kali di empat alam itu. Bentuk keberadaan ini berlaku juga bagi para *sotapatti* dan *sakadagami*. Disebutkan mereka akan mengalami keberadaan dan bukan tumibal lahir. Hal ini dijelaskan dalam *Mula Tika* dan merupakan sesuatu yang perlu dipelajari dan didiskusikan.

Seseorang yang telah meraih *arahatta nana* akan merasakan kedamaian sejati. Ia adalah seorang yang telah mencabut seluruh kekotoran batin. Seorang *arahat* tidak akan memiliki 'keberadaan' lagi setelah *parinibbana*. Seluruh kelompok kehidupannya akan padam. *Parinibbana* sendiri bisa dijelaskan sebagai *anupadisesa parinibbana* yang artinya tak bersisanya *khandha-khandha*.

Dalam hal ini Sang Buddha berkata demikian, "O para bhikkhu, saat kemelekatan sepenuhnya sudah dipadamkan, saat kemelekatan sepenuhnya telah dibebaskan, saat kemelekatan sepenuhnya telah ditolak, saat kemelekatan sepenuhnya telah dibuang, saat kemelekatan sepenuhnya telah dilenyapkan, dan ketika tak ada lagi kemelekatan karena telah dimusnahkan, ini berarti meletakkan beban *upadanakkhandha*, kumpulan kemelekatan".

Maka, dengan memusnahkan kemelekatan berarti melepaskan beban. Jika seseorang gagal mencatat obyek-obyek indra yang muncul melalui enam pintu indra saat melihat, mendengar, membau, merasa, menyentuh atau berpikir, maka kemelekatan akan bergabung dengan khayalan. Membiarkan hal itu terjadi berarti menerima beban.

Ketika seseorang mencatat berbagai proses yang sedang terjadi melalui enam pintu indranya, ia akan menjadi akrab dengan realitas *anicca* (*ketidakekalan, dukkha* (*Penderitaan*) dan *anatta* (*Tiada ego/tiada Aku/tiada Jiwa*). Pengetahuan atas ketidakekalan ini akan dapat mengenyahkan kemelekatan pada saat itu.

Ini artinya, mencatat setiap fenomena setiap saat berarti meletakkan beban pada saat itu juga. Dan ketika seseorang merealisasikan empat kesunyataan mulia ia telah memusnahkan kemelekatan.

Karena itu, bila kalian ingin melepaskan beban, kalian harus berlatih meditasi pandangan terang yang akan menuju pada pencapaian 'jalan' dan 'buah' (*magga* dan *phala*).

Beban Menurut Empat Kesunyataan Mulia

Ceramah tentang Bhara Sutta sudah selesai. Tapi, izinkan saya mengulas kembali empat kesunyataan mulia. Menurut empat kesunyataan mulia ada lima kelompok kemelekatan. Kelompok kemelekatan ini adalah kumpulan penderitaan (*dukkha sacca*). Penderitaan yang dimaksud dapat digambarkan sebagai kuli yang sedang membawa beban *khandha*. Si kuli adalah individu-individu. Individu yang dimaksud di sini hanya penamaan belaka.

Si kuli, menurut kesunyataan, bukanlah suatu kesatuan dalam arti sesungguhnya. Dengan mempertimbangkan hal ini, suatu individu tetap diluar batas empat kesunyataan mulia. Dengan kata lain, individu tersebut tidak diperhitungkan, karena kemelekatan lah yang menjadi sebab penderitaan.

Dengan melihat kenyataan ini, kita sampai pada sebab penderitaan (*samudhaya sacca*). Sebelumnya saya telah menjelaskan kepada kalian tentang cara melenyapkan kemelekatan, kesunyataan mulia tentang padamnya penderitaan (*nirodha sacca*).

Dalam Bhara Sutta, kesunyataan mulia dari 'jalan' yang membawa pada padamnya penderitaan (*magga sacca*), tidak dibahas. Namun, bila Sang Buddha mengajarkan kita pengetahuan tentang padamnya penderitaan, kita harus mampu menemukan fakta bahwa pernyataan itu berhubungan dengan praktek dari 'jalan' yang membawa pada padamnya penderitaan, termasuk *nirodha sacca*.

Maka pada pembabaran ini saya telah memberikan saran dalam berlatih meditasi pandangan terang dan pencapaian empat kesunyataan mulia, dengan memperhatikan penjelasan berikut;

Beban berarti lima kelompok kemelekatan. Adanya beban memperlihatkan kebenaran tentang penderitaan. Si penerima beban adalah kemelekatan. Dan kemelekatan menunjukkan kebenaran tentang sebab penderitaan. Meletakkan beban berarti melenyapkan kemelekatan. Hal ini memperlihatkan kebenaran tentang padamnya penderitaan. Meditasi pandangan terang dan empat kesunyataan mulia adalah cara melenyapkan penderitaan. Meditasi pandangan terang dan empat kesunyataan mulia merupakan jalan menuju lenyapnya penderitaan.

Catatan Penting

Sekarang saya telah sampai pada kesimpulan tentang Bhara Sutta. Dimana Sang Buddha membabarkan dhamma dalam beberapa *gatha* (syair-syair) untuk membantu para umat agar mudah mengingatnya. Dan bhikkhu Sangha telah mencatat syair-syair itu sebagai berikut:

Setelah membabarkan (Bhara Sutta) Sang Buddha yang selalu mengemukakan kebenaran demi kebaikan umatnya, sebagai guru para dewa dan manusia, membuat dua syair sebagai intisari atas hal-hal yang telah beliau babarkan. Sekarang saya akan memberikan dua syair itu. Yang pertama adalah:

*Bhara have pancakkhandha
Bharaharo ca puggato
Bharadanam dukkam loke
Bharanikkhepanam sukham*

Artinya :

“Sungguh berat beban lima *khandha* itu. Yang memanggulnya adalah individu (yang juga adalah kumpulan dari lima *khandha*). Dalam keberadaan makhluk hidup, menerima beban adalah penderitaan. Orang yang telah meletakkan beban merasa bahagia (setelah memperoleh pengetahuan dari meditasi pandangan terang dan merealisasikan kesunyataan mulia)”.

Beratnya beban merupakan santapan sehari-hari yang dirasakan oleh para pemanggul beban. Sebagai gambaran, setiap hari ia harus melayani tubuhnya dengan makanan dan bersiap-siap untuk buang air. Beratnya beban makin terlihat bagi individu-individu yang memiliki sedikit *kamma* baik. Penyakit dan usia tua adalah beban berat yang juga harus dipanggul.

Bagi para makhluk di alam *peta* atau di alam-alam neraka penderitaan yang mereka rasakan lebih buruk lagi. Penderitaan makhluk-makhluk ini luar biasa berat. Terlebih lagi mereka tak bisa menghindar dari sana.

Sementara kehidupan para hewan tidak lebih baik. Bagi hewan makanan adalah persoalan yang sangat mendasar. Hewan-hewan tak memiliki perlindungan dari segala jenis bahaya. Mereka lari dan bersembunyi untuk melindungi tubuh dan nyawanya. Karena hewan-hewan ini punya kemungkinan dimakan oleh hewan-hewan pemangsa lain.

Ayam, bebek, babi, kambing dan hewan-hewan lain hidup dalam ketakutan. Mereka selalu cemas karena setiap saat mara bahaya akan menyimpannya. Meski berusaha melindungi diri, mereka dapat dibunuh untuk diambil dagingnya. Makhluk-makhluk ini benar-benar tak memiliki tempat berlindung.

Kasus hewan-hewan di lahan pertanian lebih buruk lagi. Bagi hewan-hewan ini hidup adalah rangkaian kerja keras baik kala panas maupun hujan. Kerja keras untuk mengabdikan kepada tuannya. Sementara hewan-hewan ini bekerja dalam tekanan tak jarang mereka disakiti dan ada kemungkinan berakhir di kandang kematian. Apa sebabnya?

Karena tubuh mereka (baca: *khandha-khandha*-nyalah) yang membuat penderitaan ini datang. Jika hewan-hewan ini tak memiliki *khandha-khandha* maka mereka tak akan dibunuh dan dimakan dagingnya. Meski begitu, ada saja di antara manusia yang berbuat buruk dengan menekan pihak yang lebih lemah. Jadi, apalagi yang bisa dikatakan untuk menggambarkan penderitaan hewan-hewan itu?

Arti dari *puggala*, individu, disinggung dalam syair di atas. Ini adalah kata yang umum digunakan dalam metode *pannatta desana*. Sementara di dalam *paramatha desana* tak ada kata individu.

Bila berbicara atau mendiskusikan lima *khandha*, kami selalu menggunakan bahasa konvensional untuk menyebut individu dengan sebutan; seseorang, makhluk, laki-laki atau perempuan, dan lain-lain. Sebutan-sebutan itu sekadar penamaan belaka. Dalam *paramatha desana*, individu semacam ini tidak ada. Yang ada hanya *khandha* yang tengah memikul beban yang berat. Dan, memelihara kesehatan merupakan akibat dari memanggul beban.

Memanggul beban adalah penderitaan. Dan melepaskannya berarti memberi peluang untuk meraih kebahagiaan. Kemelekatan muncul ketika kalian gagal mencatat berbagai fenomena saat melihat, mendengar, dan lain-lain. Atau, kemelekatan tak muncul sementara waktu sampai akan muncul lagi belakangan. Kemunculannya pun membutuhkan pencatatan lagi.

Dalam berbagai cara munculnya kemelekatan membawa serta *upadana*, *kamma* dan *sankhara* yang pada gilirannya akan menumbuhkan *khandha* yang baru. Kemudian sampailah giliran munculnya penderitaan baru.

Saat seseorang mencatat fenomena yang muncul kala melihat, mendengar, membau, merasa, menyentuh dan berpikir, tepat pada saat obyek-obyek itu muncul, ia mampu melihat fenomena itu apa adanya. Saat menyadari kenyataan ini kalian mampu memusnahkan kemelekatan bersama dengan pengikut-pengikutnya yakni khayalan-khayalan.

Apabila seseorang telah meraih *ariya puggala* maka telah terjadi pemusnahan. Pemusnahan ini tak memberi kesempatan bagi *upadana*, *kamma* dan *sankhara* untuk bekerja. Sehingga, *khandha-khandha* berhenti untuk mengada lagi. Jika hal ini terjadi maka penderitaan bisa diakhiri dan kebahagiaan akan terwujud. Sekali lagi, meletakkan beban berarti telah melenyapkan kemelekatan. Saat itulah kebahagiaan bisa diraih. Sekarang saya akan mengungkapkan syair kedua;

Nikkhipitva garum anadiya
Annam bharam anadiya
Samulam tanhamabbuyha
Nicchato parinibbuto

“Setelah meletakkan beban yang berat itu (kelima *khandha*), setelah menolak beban baru yang akan muncul, setelah mencabut akar kemelekatan sampai tak bersisa, tak ada kemelekatan baru yang muncul dan kedamaian bisa diperoleh”.

Syair ini dimaksudkan untuk menggambarkan keadaan para *arahat*. Meski demikian seorang *arahat* pun harus membawa beban sebelum benar-benar mencapai *parinibbana* atau meninggal dunia. Sebelum itu terjadi, para *arahat* harus tetap merawat tubuhnya, membersihkannya, memandikannya, memberinya makan, dan lain-lain. Sehingga para *arahat* saat *parinibbana* melakukan perenungan demikian, “Untuk berapa lama aku harus membawa beban ini?”

Bagi para *arahat* kematian adalah pembebasan dari beban. Saat *arahat* meninggal dunia adalah saat-saat untuk bergembira. Tapi makhluk hidup yang masih diselimuti kemelekatan tetap memanggul bebannya dengan penuh penderitaan. Bahkan Ananda Thera (Sekretaris/Pembantu/Sepupu, Karena paling sering menemani Beliau, maka Ia yang paling banyak mendengarkan Pembabaran Dhamma) menangis saat Sang Buddha mencapai *mahaparinibbana*. Juga ada kisah tentang para perempuan desa yang menangis sewaktu ibu tiri Sang Buddha yakni Mahapajapati Gotami *parinibbana*.

Sebelum *parinibbana* Mahapajapati Gotami memberi nasehat demikian, “Anak-anak perempuanku, janganlah menangis. *Parinibbana* adalah suatu peristiwa yang tak perlu ditangisi. Ini adalah saat bersukacita (*hasa kala*).”

Telah dijelaskan dalam bab-bab sebelumnya bagaimana *khandha* yang baru muncul sebagai makhluk hidup karena adanya obyek indra yang dikondisikan oleh *kamma*, aksi, *kamma nimitta*, tanda-tanda aksi dan *gati nimitta*, pertanda akhir. Ini dikarenakan kita memanggul beban yang berat. Kondisi ini akan terus berulang dari satu keberadaan ke keberadaan lainnya, tanpa akhir.

Karena si kuli mau memanggul satu barang maka ia juga harus mau memanggul barang-barang yang lain. Sehingga betapa beratnya barang yang diletakkan di pundak kanan dan pundak kirinya. Dalam keadaan demikian ia hanya diberi kesempatan sedikit untuk bernafas. Tapi, makhluk hidup yang tengah memanggul beban pada umumnya tak memiliki kesempatan sedikit pun untuk bernafas.

Bahkan para *sotapatti* tak memiliki masa istirahat sesingkat apapun selama tujuh kali keberadaannya. Keadaan ini juga berlaku bagi para *sakadagami*. Sementara seorang

anagami bahkan harus bertoleransi tumimbal lahir sebanyak empat atau lima kali sesuai dengan jumlah alam-alam brahma yang dimasukinya. Hanya para *arahat* yang sepenuhnya selamat dari tumimbal lahir ke dalam *khandha* yang baru segera setelah mereka mencapai *parinibbana*. Tentu saja para *arahat* ini telah berhasil mencabut akar kemelekatannya. Dengan kata lain mereka telah melepaskan beban dari pundaknya. Kemelekatan atau *tanha* telah sepenuhnya padam di dalam diri seorang *arahat*.

Kemelekatan seperti rasa lapar, tidak pernah terpuaskan. Mahkluk hidup terbelunggu oleh kemelekatannya. Bahkan para *sotapatti*, *sakadagami* dan *anagami* belum bisa mematahkan belunggu kemelekatan itu sepenuhnya. Mereka pun, seperti mahkluk hidup lainnya membangun keterikatan pada tahun kematiannya, terhadap obyek indrawi yang dibentuk oleh *kamma*, *kamma nimitta* dan *gati nimitta*. Karena keterikatan semacam ini muncul *khandha* yang baru. Tapi para *arahat* adalah orang-orang yang telah membunuh kemelekatannya dengan senjata *arahatta magga*. Mereka telah mencabut seluruh kemelekatannya sampai ke akar-akarnya.

Apakah landasan atau akar kemelekatan itu? Jawabnya adalah *avijja*, khayalan. Khayalan, kenyataannya, adalah akar paling halus dan dalam dari semua penderitaan. Saat Khayalan muncul, ia mampu memperdaya mahkluk hidup ke dalam ketidaktahuan.

Lebih jauh, jika seseorang gagal mencatat fenomena yang muncul saat melihat, mendengar, dan lain-lain dalam meditasinya, ia akan memahami proses itu sebagai suatu individu, suatu mahkluk, laki-laki atau perempuan, dan lain-lain. Saat itulah kemelekatan atas keberadaan sebagai suatu individu, suatu mahkluk, laki-laki atau perempuan muncul.

Khayalan adalah sebab awal dari munculnya kemelekatan. Sehingga tidak cukup bagi seseorang untuk sekadar memotong kemelekatannya saja. Landasan atau akar dari kemelekatan itu pun harus diangkat dan dihancurkan. Jika tidak, ia akan muncul lagi ketika ada kesempatan yang mendukung kemunculannya.

Dalam sekejap seorang *yogi* yang memiliki kekuatan supranatural atau *abhinna* bisa kehilangan kekuatannya itu, seperti seseorang yang terbangun dari mimpi.

Dalam *mudulakkhana jataka* diceritakan tentang *bodhisattva* yang pernah menjadi seorang *yogi* dengan kekuatan *abhinna*. Beliau menjauhkan diri dari *kamma raga* atau nafsu seks. Tapi, kemelekatan terhalusnya belum tercabut sampai ke akarnya dengan pandangan terang. Nafsu seks ini muncul lagi saat *bodhisattva* melihat Ratu Mudulakkhana yang jelita sedang telanjang. Pada saat itulah ia menyadari keinginan-keinginan ragawinya muncul lagi. Seketika itu seluruh kekuatan supranaturalnya hilang.

Ceritanya demikian. Sebelumnya *bodhisattva* selalu pergi ke istana raja dengan terbang di udara. Tapi, setelah kehilangan kekuatan supranaturalnya ia harus kembali ke tempat asalnya dengan berjalan kaki. Kejadian ini membuktikan bahwa *yogi* ini hanya sekedar memisahkan dirinya dari *kamma raga*. Nyatanya, ia gagal mengangkat akar dari *kamma raga*. Saat ada obyek yang menyenangkan muncul dalam pandangannya maka obyek itu bermain lagi di dalam pikirannya.

Ada cerita lainnya. Pada tahun 400 di masa Buddha Dhamma, kala Dutthagamani memerintah di Ceylon (Sri lanka) ada seorang *yogi* yang berpikir bahwa dirinya telah meraih ke-*arahat*-an karena telah menyingkirkan kemelekatannya. Suatu hari ada seorang *yogi* perempuan bernama Dhammadina mengunjunginya. *Yogi* perempuan ini benar-benar seorang *arahat*. Ia bertanya, sudah berapa lama Dutthagamani menjadi seorang *arahat*. Dutthagamani menjawab bahwa ia telah menjadi *arahat* selama enam puluh tahun. Ia sungguh-sungguh percaya telah menjadi *arahat* karena tak pernah merasakan kemelekatan muncul di dalam dirinya.

Tapi, *yogi* perempuan ini tahu Dutthagamani belum meraih ke-*arahat*-an. Dengan kata lain, Dutthagamani belum benar-benar menghancurkan kemelekatannya. Lalu *yogi* perempuan ini

bertanya apakah Dutthagamani bisa memperlihatkan kekuatan supranaturalnya. Tentu saja ini bisa dilakukannya.

Dhammadina, si *yogi* perempuan, memintanya untuk menciptakan sebuah danau teratai yang berisi setangkai teratai raksasa di dalamnya. Di dalam bunga itu ada gadis cantik sedang menari. Kemudian *yogi* perempuan ini meminta Dutthagamani mengamati gadis cantik ciptaannya itu dengan cermat. Ia pun menurutinya. Pada saat ia mengamati gadis cantik ciptaannya itu muncul gairah seksnya. Ketika itulah ia sadar menganggap dirinya sebagai *arahat* adalah salah besar. Karena kenyataannya ia belum meraih ke-*arahat*-an.

Setelah itu, Dutthagamani bertanya kepada Dhammadina untuk menunjukkan kepadanya jalan yang benar dalam berlatih dhamma serta mencabut akar kemelekatan dan khayalan-khayalannya. Sehingga dengan jalan ini ia bisa menjadi *arahat* sejati. Karena sejauh ini ia baru berhasil menyingkirkan kemelekatannya untuk sementara waktu saja seperti pot air yang menahan jatuhnya air turun ke tanah. Kenyataannya, ia belum benar-benar mencabut akar khayalan dari dasarnya. Hanya setelah berhasil meraih *arahatta magga* barulah ia bisa mencabut akar keinginan itu.

Saat keinginan untuk mengada telah benar-benar disingkirkan tak ada batin dan jasmani baru yang muncul. Tanpa kehadiran *khandha-khandha* seluruh penderitaan berakhir. Saya telah membuat suatu syair bagi para pendengar. Syair ini akan membuat mereka mengingat intisari dari apa yang telah saya katakan.

“Jika kemelekatan telah dicabut sampai ke akarnya, nafsu-nafsu akan terhancurkan. Ketika seseorang telah berhasil menurunkan beban yang dipanggulnya, tak ada beban baru yang bisa terbentuk darinya. Setelah itulah ia bisa memperoleh kedamaian *nibbana*”.

“Ketika kemelekatan bersama khayalan telah dihancurkan, nafsu-nafsu akan sepenuhnya lenyap. Ketika tubuh atau *khandha* telah ditolak, beban yang dibawa oleh tubuh yang akan datang bisa disingkirkan. Maka penderitaan padam dan kedamaian muncul.”

Kesimpulan

Sekarang pembabaran dhamma tentang Bhara Sutta telah sepenuhnya selesai. Kini kita masuk pada kesimpulan.

Kalian telah mengetahui bahwa lima *khandha* yang menganggap dirinya sebagai suatu makhluk sebenarnya beban yang sangat berat. Dan kalian kini sedang membawa beban dari *khandha-khandha* sepanjang lingkaran *samsara*. Menurut “empat kesunyataan mulia”, beban ini merujuk pada *dukkha sacca*, kesunyataan tentang adanya penderitaan.

Telah diketahui saat menikmati kesenangan dari obyek-obyek indra (yang dilihat maupun didengar, dan lain-lain), kalian sedang menerima beban. Beban ini berarti *dukkha* itu sendiri. Kalian menikmati proses itu karena gagal mencatat untuk melihat kebenaran alaminya. Bila kebenaran alami dari proses itu semakin tidak dimengerti, makin besar ketertarikan kalian atas obyek-obyek tersebut. Kemelekatan, si penerima beban, adalah sebab dari semua masalah. Keadaan ini membawamu pada kesunyataan tentang adanya kemelekatan yang merujuk pada *samudaya sacca*, kesunyataan mulia tentang sebab dari penderitaan.

Kalian juga telah menyadari bahwa lenyapnya kemelekatan berarti beban telah diletakkan. Keadaan ini menunjukkan kebenaran adanya *nirodha sacca*, kesunyataan mulia tentang lenyapnya penderitaan. Khayalan membangun kesalahpahaman tentang keadaan sebenarnya dari berbagai fenomena saat terjadi proses melihat, mendengar, dan lain-lain. Ketika kalian gagal mencatat saat proses-proses itu berlangsung maka muncullah kemelekatan. Sehingga, kapan pun kalian telah berhasil menyingkirkan kemelekatan, pada saat itu pula khayalan berhasil disingkirkan. Kalian pun harus tahu, saat khayalan telah berhasil dihancurkan, *vijja nana*, pengetahuan, tumbuh. Sebagaimana kegelapan lenyap saat cahaya muncul. Hal ini harus kalian mengerti.

Saat pengetahuan diperoleh kalian telah merealisasikan *nirodha sacca*. Penderitaan muncul saat kalian gagal mengamati obyek-obyek indra. Sewaktu kalian mampu mencatat timbul dan tenggelamnya berbagai fenomena dalam praktek meditasi, maka pengetahuan batin akan berkembang. Melalui cahaya pengetahuan khayalan akan sirna. Persis seperti kegelapan sirna kala cahaya datang. Saat khayalan telah tersingkirkan maka tak ada kemelekatan yang muncul. Pada gilirannya tak ada *khandha* baru yang akan muncul yang akan memunculkan kemelekatan untuk mengada. Dan tak ada kondisi untuk memanggul beban lagi.

Apabila kalian mengembangkan kebiasaan mencatat obyek-obyek indra tepat ketika obyek-obyek itu muncul, maka pengalaman meditasi pandangan terang akan berkembang. Akhirnya keadaan ini akan mengantarkan kalian kepada pencapaian empat kesunyataan mulia.

Dari keempat *ariya magga*, empat tingkat kesucian, jika kalian telah mengembangkan *sotapatti magga*, kalian hanya akan menderita dalam lingkaran *samsara* selama tujuh kelahiran lagi. Setelah masa itu seluruh *khandha* akan padam. Selama itulah seorang *sotapatti* akan membawa bebannya.

Jika terus berlatih meditasi pandangan terang kalian akan memiliki kesempatan untuk meraih tingkat kesucian *sakadagami*. Saat itu kalian hanya akan memiliki dua kali keberadaan. Setelah masa itu maka seluruh beban *khandha* akan diletakkan sepenuhnya.

Setelah mencapai *sakadagami magga* kalian meneruskan berlatih meditasi pandangan terang. Dengan cara ini kalian mengumpulkan kebajikan, *parami*. Maka kalian memiliki kesempatan untuk menyempurnakan diri sampai meraih *anagami magga*. Pada saat ini semua beban *khandha* bisa disingkirkan dalam beberapa keberadaan di alam-alam brahma. Kemudian lima *khandha* yang terdiri dari *dukkha sacca* akan padam. Kedamaian akan tercapai.

Perlu dijelaskan lagi disini, saat Sang Buddha mengatakan, sebagai akibat tercabutnya akar kemelekatan tak akan ada lagi nafsu-nafsu yang muncul sehingga kedamaian bisa diraih. Jika kalian sungguh-sungguh berniat meletakkan beban dan mengembangkan kedamaian maka penderitaan akan berakhir. Untuk itu kalian harus berlatih sesuai dengan yang telah diuraikan sebelumnya.

Sekarang saya akan menyimpulkan hal-hal yang telah diberikan sebelumnya.

Apakah beban yang berat itu? Beban yang berat adalah *khandha*.

Siapa si pembawa beban? Si pembawa beban adalah individu yang terbentuk dari *khandha-khandha*.

Siapa yang menyebabkan individu menerima beban yang berat itu? Kemelekatan atau *tanha* yang menyebabkan individu menerima beban.

Apa yang dimaksud dengan meletakkan beban? Meletakkan beban adalah hancurnya *tanha*.

Sungguh berat lima *khandha* itu. Individu-individu si pembawa beban bisa diketahui melalui namanya (menurut cara pengajaran *pannatta desana*). Menerima beban adalah menerima penderitaan. Menolak beban mengantarkan individu ke kebahagiaan.

Ketika akar kemelekatan telah dicabut seluruhnya tak ada nafsu-nafsu yang muncul. Ini berarti beban telah diletakkan dan tak ada beban baru yang akan bertunas. Pada saat itulah seseorang memasuki kedamaian *nibbana*.

Semoga kalian yang telah mendengar ceramah tentang Bhara Sutta ini bisa menyadari bahwa lima *khandha* yang muncul dan lenyap melalui jasmani kalian adalah beban yang sungguh berat. Beban itu berasal dari kemelekatan yang muncul melalui proses melihat,

mendengar, dan lain-lain. Pada saat itulah kalian menerima beban *khandha*. Ini menyebabkan munculnya penderitaan. Menolak untuk menerima beban berarti munculnya kedamaian. Dan kedamaian ini bisa diperoleh dengan berlatih meditasi pandangan terang (meditasi *vipassana*). Akhirnya, saya berharap dengan sepenuh hati kalian bisa meraih *nibbana* segera melalui terkumpulnya kebajikan yang diperoleh dari pencapaian pandangan terang dan 'jalan'.

Sumber:

BHARA SUTTA (Pembabaran Dhamma tentang Beban), Judul Asli: Bhara Sutta (The Discourse on the Burden, Oleh: Y.M. Mahasi Sayadaw, Alih Bahasa Inggris-Indonesia, Chandasili Nunuk Y. Kusmiana, Editor: Samuel B. Harsojo, Edisi Pertama, Cetakan Pertama, Medio Pebruari 2004)